FICHE TECHNIQUE

DOLOMITES INSOLITES en Liberté

Immersion dans les extraordinaires Monti Pallidi

Référence · 201

Document généré le 15/09/2026

DURÉE	FORMULE	BAGAGES
6 jours	**Liberté / sans guide**	**Avec transport de bagages**

HÉBERGEMENT	NIVEAU	À PARTIR DE
Classique ou confort	**3/4 ★★★☆**	**710 €**

Les Dolomites... référence géologique autant qu'esthétique, massif incontournable de l'imaginaire montagnard... un nom unique pour désigner plus d'une quinzaine de "gruppo" aux allures toutes différentes.
Ce circuit dans les Dolomites de l'Ouest vous propose d'entrer dans l'intimité de quatre de ces massifs : Puez-Odle, Sella, Sasso-Lungo et Rosengarten, afin d'approcher un peu cette surprenante diversité...
Paysages qui vous emmènent de dentelles minérales en immense vaisseau de pierre, de vaste plateau lunaire en alpages verdoyants pour terminer dans le décor fantastique des Catinaccio ; gastronomie jouant à "saute-saveurs" de l'Europe Centrale à la Méditerrannée et langages multiples mêlant italien, allemand et ladin...
Une randonnée à la rencontre de toute la richesse de cette région !

Vous allez aimer

- La diversité des paysages et des itinéraires,
- Le contraste entre l'austérité du massif de Sella et l'opulence des alpages des Odle et de Siusi,
- L'ambiance de film fantastique des Catinaccio,
- Les passages aménagés d'escaliers, de mains courantes, de câbles...qui rendent ces forteresses de pierre si accessibles,
- L'accueil et le confort des hébergements associés à leur gastronomie, point d'union entre l'Italie et l'A utriche,
- Une option confort en chambre possible.

L'itinéraire jour après jour

JOUR 1

Départ de la randonnée à Ortisei/St Ulrich, Val Gardena.

ORTISEI - PARC NATUREL DES ODLE

Départ avec la télécabine de La Seceda. Une première montée un peu raide suit dans la forêt puis le sentier débouche sur le large alpage de la Seceda : prés verdoyants et "Montagnes Pâles" de la chaine des Odle... ça y est, vous êtes dans les Dolomites ! La traversée de l'alpage jusqu'au refuge Firenze se déroule tranquillement en passant au plus près des falaises par la Forcella Pana et Pieralonga. Pour un démarrage plus en douceur, le téléphérique de la Seceda permet de rejoindre directement le plateau. Nuit en refuge à 2000m d'altitude, en dortoir et **sans les bagages**.

4h30 de marche / Dénivelé : +800 m - 460m / 9km

2h de marche / Dénivelé : -450m / 5km depuis le sommet du téléphérique de la Seceda

JOUR 2

TRAVERSÉE DU MASSIF DE PUEZ - PASSO GARDENA

La journée débute dans le magnifique vallon de Sieles pour rejoindre la Forcella de Sieles. Le cheminement se poursuit sur la crête, securisé par plusieurs petits passages cablés, avant de rejoindre l'impressionnant cirque de Puez. Terrasses herbeuses et ambiance minérale alternent durant la traversée du plateau qui domine l'immense canyon de la Vallunga et se termine en beauté, à travers les Pizes de Cier et leur drôles de tours rocheuses.

Nuit en gite/hotel, avec les bagages, au bord de la route au col.

6h30 de marche / Dénivelé : + 900 m - 800 m / 15 km

JOUR 3

HAUT PLATEAU DE SELLA - PASSO SELLA

Immersion totale dans l'ambiance minérale des Dolomites pour la traversée de l'un de ses plus hauts massifs : le Gruppo del Sella ! Depuis le col, le sentier rejoint le coeur de cet immense vaisseau de pierre par la brèche du Val Setus, aménagée de câbles et de marches pour un contact facile et sécurisé avec les fameuses "Via Ferrata". Après une petite pause au refuge et au lac de Pisciadu, le chemin reprend dans une ambiance de plus en plus lunaire pour rejoindre le haut plateau de Sella, à 2900m d'altitude. Descente par le Val Lastie ou en empruntant le téléphérique de Sas de Pordoi. Petit transfert en bus de ligne pour rejoindre le Passo Sella. En cas de temps moyen, un itinéraire bis contourne le massif.

Nuit en refuge, avec les bagages.

6h de marche / Dénivelé : +900m -1200m / 10km

5h de marche / Dénivelé : +1100m -300m / 9km (avec le téléphérique de Sas de Pordoi)

JOUR 4

SASSO LUNGO - CRÊTES DE SIUSI - ALPE DE TIRES

Une journée qui se déroule entre l'emblème du Val Gardena, le Gruppo du Sasso Lungo, et les élégantes Rosszähne, sur le Sentier Royal Friedrich August puis la crête "auf der Schneid" ("Sur le Tranchant") qui domine le plus grand alpage d'Europe : l'Alp de Siusi. Cet itinéraire plus tranquille permet de profiter de l'autre facette des Dolomites : vastes alpages, "Grises du Tyrol" au regard curieux, jonglage au fil des rencontres avec l'italien, l'allemand ou le ladin... Une variante plus alpine est possible en traversant le massif par la Forcella Sasso Lungo.
Installation pour 2 nuits en refuge à 2440m d'altitude, avec les bagages.
5h de marche / Dénivelé : +700 m - 400 m / 13km
7h de marche / Dénivelé : +1200 m - 950 m / 16km (par la Forcella SassoLungo) (possibilité d'emprunter la télécabine à la montée)

JOUR 5

ROSENGARTEN - ANTERMOIA - ALPE DE TIRES

Départ pour une autre journée dans un décor hors du commun au coeur des Rosengarten (ou Catinaccio). Molignon, Antermoia, Val Duron... un voyage à travers toute la palette des nuances minérales des "Monti Pallidi" : ocres, blanc, gris foncé, dolomie, gypse, roches volcaniques...réhaussées par le bleu turquoise du lac d'Antermoïa et le vert soutenu des pins. Un itinéraire haut en couleurs ! Retour sur le refuge de Tires pour une deuxième nuit, avec les bagages.
6h de marche / Dénivelé : +/-1100 m / 14km

JOUR 6

ALTIPLANO DELLO SCILIAR - ALPE DI SIUSI

Depuis le refuge, l'itinéraire commence par rejoindre l'altiplano de Sciliar, avec la possibilité d'un aller-retour au sommet du Mont Petz afin de profiter d'une dernière vue à 360° sur les Dolomites de Bolzano. Le retour sur l'Alpe de Siusi se déroule ensuite avec une descente en douceur qui permet d'apprécier encore une fois le savoir-faire exceptionnel des Ladins dans l'aménagement des voies de circulation à travers leurs montagnes. Depuis Compatsch, descente sur Seis en bus ou bien avec la télécabine de l'Alpe de Siusi.

5h30 de marche / Dénivelé : +300m -900 m / 14km par l'Altiplano de Sciliar

3h00 de marche / Dénivelé : +70m -700 m / 7km, retour direct à Compatsch

Fin de la randonnée à Siusi/ Seis, Val Gardena.

Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction ; des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement.

SUR DEMANDE ITINÉRAIRE SUR 7 JOURS

ORTISEI - MONT DEDORA

Départ du village avec une première montée dans la forêt. Le sentier débouche sur le large alpage du Mont Dedora... Le panorama est exceptionnel sur l'ensemble des Dolomites de Val Gardena, et sur le terrain de jeu des prochains jours. Nuit en refuge cosy, ***sans les bagages.***

4h de marche / Dénivelé : +1100 m

Dates & tarifs

DÉPARTS ET PRIX

Départ au choix de fin juin à mi-septembre 2026

Sans transport de bagages
710€/personne, version classique.
840€/personne, version confort.

Avec transport de bagages (sauf jour 1)
Groupe 2 personnes : 1130€/pers, hébergement classique
Groupe 3 personnes : 990€/pers, hébergement classique
Groupe 4 personnes : 930€/pers, hébergement classique
Groupe 5 personnes : 880€/pers, hébergement classique
Groupe 6 personnes : 850€/pers, hébergement classique

En option :
Journée supplémentaire (Ortisei - Mont Dedora) :
130€/personne en version classique
190€/personne en version confort

Supplément confort seulement à partir de 2 participants : 130€/personne pour les 5 nuits (chambre de 2 à 4 personnes)

LE PRIX

Comprend :

- Les demi-pensions dans les hébergements ;
- 1 dossier road book papier pour le groupe et la version numérique à télécharger pour chaque participant ;
- Le transport des bagages entre les hébergements (sauf jour 1), si vous avez choisi cette option ;
- Les frais d'organisation et les taxes de séjour.

Ne comprend pas :

- Les pique-niques du midi ;
- Les éventuels jetons douche dans les hébergements ;
- Les dépenses à caractère personnel (boissons, etc.) ;
- Les éventuels bus ou remontées mécaniques (de 20€ à 60€ par personne selon les options choisies) ;
- L'encadrement (vous êtes garant de votre sécurité) ;
- L'assurance assistance annulation ;
- Le voyage depuis votre domicile jusqu'au lieu d'accueil et retour.

Le tarif s'entend tout compris du point de rendez-vous au point de dispersion.

Le voyage

NIVEAU ***

Dénivelé : +/- 750m en moyenne par jour
Temps de marche : 4h30 à 7 heures par jour, avec des variantes possibles.
Type de randonnée : itinéraire de montagne sur sentiers balisés souvent caillouteux. Quelques passages aériens bien aménagés et sécurisés par des câbles.

Il est nécessaire d'être en bonne condition physique générale. Pratiquez régulièrement un sport d'endurance tel que la marche, la course à pied, le vélo, de 3 à 4 heures par semaine. Votre préparation physique facilitera votre séjour et vous permettra de l'apprécier d'autant plus.
Découvrez le descriptif des niveaux en cliquant ici : niveaux des randonnées

Le roadbook fournit les informations nécessaires pour effectuer votre randonnée. Il reste cependant indispensable de savoir maîtriser la lecture de carte au 1:25'000 et d'être suffisamment autonome en montagne pour pouvoir aborder l'itinéraire sereinement, quelle que soit la météo (brouillard, neige,...). L'encadrement d'un professionnel n'est pas inclus dans le forfait liberté.
Vous risquez de traverser des zones blanches, sans réseau téléphonique. Pour votre sécurité, vous pouvez vous munir d'une radio ou d'un téléphone de dernière génération pouvant contacter un satellite.

Attention : jusqu'à fin juin, des névés seront encore présents sur le parcours, notamment sur les versants nord. Chaussures montantes de montagne, guêtres et bâtons de marche sont indispensables. Soyez prêt !

ROAD BOOK

Un mois avant votre randonnée, nous vous ferons parvenir vos documents de voyage. Nous proposons deux versions :

La version "papier" que nous envoyons par voie postale. Elle est composée de :
- Les cartes Tabacco
- 1 road-book comprenant tous les renseignements nécessaires pour la randonnée,
- 1 porte carte,
- La liste des hébergements.

La version "numérique" consiste en une application à télécharger sur son smartphone, accessible à chacun des participants du dossier. Les informations pour le téléchargement et son utilisation sont envoyées par e-mail.

HÉBERGEMENT

CLASSIQUE : 4 nuits en refuge en dortoir, 1 nuit in hôtel en chambre de 2 à 4 personnes
CONFORT : en option et suivant les disponibilités, jusqu'à 5 nuits en chambre 2 personnes (ou 3 personnes si groupe impair)

Tous les hébergements sont équipés de douches chaudes, néanmoins en raison des périodes de sécheresse de plus en plus récurrentes, l'accès aux douches n'est pas garanti.

LES REPAS

Les petits déjeuners et dîners sont servis dans les hébergements.
Les pique-niques sont non compris et peuvent être commandés la veille dans chaque hébergement. Certaines étapes permettent de se restaurer en cours de route dans des refuges ou auberges.

Merci de nous préciser vos allergies et régimes alimentaires **au moment de la réservation.**
Les hébergements font de leur mieux pour prendre en compte les régimes particuliers (sans gluten, végétarien, etc.). Nous vous encourageons cependant à prévoir quelques produits complémentaires pour vos propres pique-niques.

TOURISME RESPONSABLE

Nous proposons ce circuit avec la première nuit sans bagages. De ce fait, cela impose de partir avec un nécéssaire de toilette et un rechange pour la nuit (1 à 2kg max). Nous avons fait ce choix pour privilégier la cohérence de l'itinéraire, mais également pour limiter le coût du séjour et également l'impact carbone. N'hésitez pas à nous dire ce que vous en pensez !

CARTOGRAPHIE

Carte Tabacco 05 Val Gardena - Alpe di Siusi (1/25000)

Infos pratiques

ACCÈS AU POINT DE DÉPART

Départ de la randonnée à Ortisei/ St Ulrich, Val Gardena.

EN TRAIN
Paris – Milano - Verone - Bolzano : renseignements SNCF, 3635
Bus réguliers entre Bolzano / Ortisei / Siusi :

- Bolzano >> Ortisei, Val gardena avec le bus 350, un départ toutes les heures, 1 heure de trajet.
- Siusi >> Bolzano avec le bus 170, un départ toutes les 1/2 heures, 30 minutes de trajet.
- Siusi >>Ortisei, Ortisei >>Siusi avec le bus 4 toutes les 1h15, (dès 8h10 / 8h45).

valgardena.it/en/bus-schedule/
sii.bz.it/en

EN AVION
Par Venise, Munich, Innsbruck ou Milan.
Transfert en bus ou train pour Bolzano puis bus pour le Val Gardena.

EN VOITURE
Par Milan, Vérone, Bolzano, Val Gardena.
Parkings gratuits : Siusi / Seis, Südtirol : au départ de la télécabine Seiseralm. Du parking, bus 172 pour Ortisei. Départ à 11h50 >> 12h25 (ou 10h50 >>11h25).
Parkings longue durée : Ortisei, Val gardena : parking de la télécabine Alpe di Siusi, 6€ par jour.

Fin de la randonnée à Siusi / Seis, Südtirol.

HÉBERGEMENT AVANT ET APRÈS LE SÉJOUR

Hotel Feichter, Bolzano
Hotel de charme Goldenstern, Bolzano
Office du tourisme de Val Gardena
Office du Tourisme Seiser Alm (Alpe di Siusi) : seiseralm.it et seiser-alm.it/en/

ASSURANCE

Conformément à la réglementation, nous sommes assurés en Responsabilité Civile Professionnelle. En aucun cas nous ne pouvons nous substituer à votre Responsabilité Civile Personnelle. Si vous avez choisi l'assurance assistance rapatriement EUROP ASSISTANCE que nous proposons, Altitude Mont Blanc sert seulement d'interface entre le client et l'assureur. Nous ne pouvons influer sur l'une ou l'autre des parties. Nous nous en tenons aux conditions strictes de vente. Vous êtes responsables du respect des procédures de déclaration de tout sinistre.

Avant de prendre toute décision, contactez EUROP ASSISTANCE.

POUR NOUS CONTACTER

Si vous êtes en retard, contactez l'agence : **+33 (0)4 50 79 09 16** ou **+33 (0)6 42 49 76 07**

Équipement et bagages

ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ

Vêtements

- Pantalons de randonnée
- Short (1 maillot de bain au cas où)
- Tee-shirts "respirants" ou en laine mérinos
- Caleçon long "respirant" ou en laine mérinos
- Polaire ou pull
- Doudoune légère
- Coupe-vent ou veste Goretex
- Cape de pluie + guêtres ou pantalon type Goretex + une cape de sac
- Une paire de gants et un bonnet léger
- Chapeau ou casquette
- Chaussettes de randonnée (double couche, à bouclettes...1 paire par jour)
- Chaussures de randonnée déjà rodées et à semelles bien crantées
- 1 tenue de rechange pour le soir
- Chaussures de rechange pour le soir

Matériel divers

- Trousse de toilette
- Serviette de toilette (séchage rapide, vendue en boutique spécialisée)
- Lunettes de soleil et crème solaire
- Gourde ou thermos (1,5 litre minimum)
- Couteau et couverts
- Une boîte hermétique en plastique en guise d’assiette pour vos pique-niques (0,40L à 0,50L)
- Gobelet pour le café
- Petite pharmacie personnelle (antalgique, pansements type compeed...)
- Couverture de survie
- Frontale ou lampe de poche
- Un drap-sac et une taie d’oreiller (les gîtes fournissent des couvertures)
- Deux bâtons télescopiques (fortement recommandés)
- Carte d’identité ou passeport valide

SAC À DOS

Prévoir un sac à dos confortable de 30 à 40 litres pour vos effets de la journée (un vêtement chaud, une cape de pluie, une gourde, boite et couverts pour le pique-nique, protection solaire et papiers d'identité) et un peu de place pour transporter un pique-nique et des encas.

TRANSPORT DE BAGAGES

Vos affaires de rechange doivent être regroupées en **1 seul sac souple de 10kg maximum par personne**. Votre bagage est acheminé par un véhicule logistique d'étape en étape, sauf la nuit 1, dans des hébergements dont l'accès n'est pas toujours simple.

Attention, les bagages trop lourds ou trop volumineux ne seront pas pris en charge par les chauffeurs, pensez à leurs dos !

VOTRE SAC A DOS POUR LES NUITS SANS BAGAGES

Pour la nuit 1, vous n'aurez pas votre bagage à l'hébergement (vous le retrouvez le lendemain). Voici quelques conseils concernant les éléments à emporter (environ 2 kg suffisent !) :

- Un petit nécessaire de toilette
- Votre drap-sac
- Vêtements de rechange pour le lendemain (le strict nécessaire !) et vêtements/chaussures confortables pour la soirée.

Détails

MODALITÉS D'INSCRIPTION ET DE PAIEMENT

- Par courrier : formulaire à remplir ci-dessous.

- Par internet : http://www.altitude-montblanc.com/

- Par téléphone : +33 (0)4 50 79 09 16

Merci de préciser si vous souhaitez prendre une assurance annulation.

Nous vous faisons ensuite parvenir, par e-mail, une facture proforma (par couple) avec une demande d’arrhes de 35%, associée aux coordonnées de votre compte chez Altitude Mont-Blanc (rubrique "mon compte"). Vous pouvez faire votre règlement par CB, virement bancaire, chèque ou chèques vacances. Vous recevez ensuite une confirmation d’inscription.
Le solde du séjour est à régler 1 mois avant le départ, sans rappel de notre part.

Les conditions de vente, annulation etc... sont disponibles sur notre site.

Nous restons à votre écoute pour toute information.

Formulaire d'inscription par courrier postal

Complétez ce formulaire et renvoyez-le avec vos arrhes.

Nom	
Prénom	
Date de naissance	
Adresse	
Téléphone	
Téléphone mobile	
Email	
Séjour demandé	**DOLOMITES INSOLITES en Liberté**
Nombre de jours	**6**
Assurance	
Prix du séjour	**710 €**
Arrhes estimatives (30%)	**213 €**
Fait à	
Le	
Signature	

A renvoyer avec vos arrhes à

Altitude Montblanc, 62 Passage du Nant Devant, 74110 Montriond

+33 (0)4 50 79 09 16 · info@altitude-montblanc.com