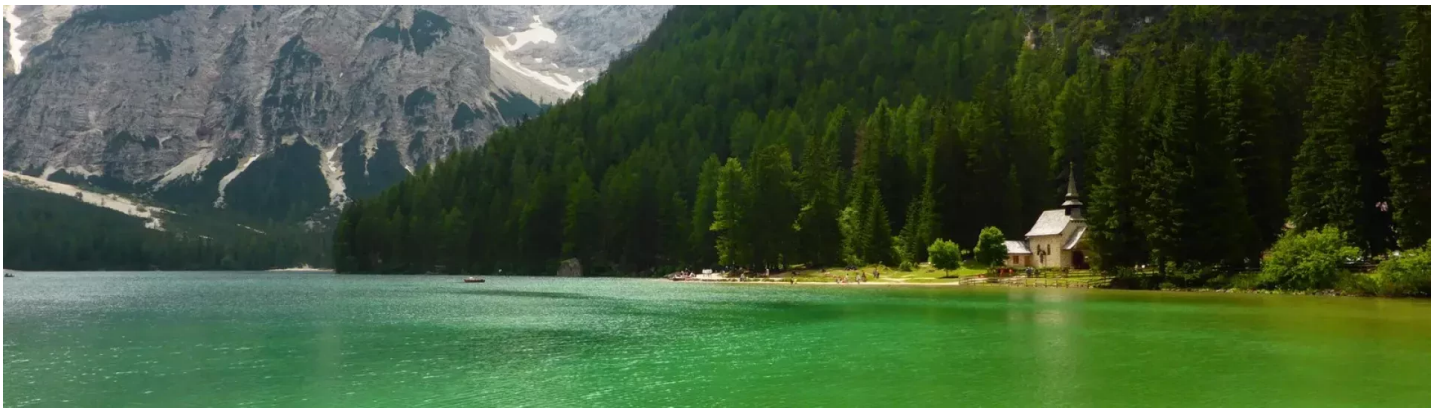
FICHE TECHNIQUE

MYTHIQUES DOLOMITES en Liberté

En auto-tour, pour plus d'autonomie !

Référence · 80

Document généré le 14/10/2026



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

HÉBERGEMENT	NIVEAU	À PARTIR DE
Hôtel	**2/4 ★★☆☆**	**750 €**

Pour beaucoup de montagnards (et pas uniquement les Italiens...), les Dolomites sont les plus belles montagnes du monde. Pas moins ! Elles sont certainement parmi les plus insolites et quiconque ayant aperçu un jour ces tours solennelles, ces ruines crénelées, ces décors lunaires s'éboulant parfois jusqu'à nos pieds, ne pourra les oublier. Selon la saison choisie, vous pourrez admirer les variations de couleurs sur les parois, la flore si typique des montagnes dites calcaires (bien que la roche essentielle du massif, la dolomie, ne soit pas à proprement parler, du calcaire), et bien sûr la faune montagnarde habituelle à ces altitudes : marmottes, chamois, bouquetins, aigles royaux et faucons, ou plus modestement, traquets motteux et une quantité prodigieuse d'insectes adaptés à ces conditions rudes.
Région à l'histoire tumultueuse, souvent enjeu des rivalités entre l'Italie et l'Empire Austro-hongrois (ces chemins sont autant de traces de la Guerre 1914-1918, sentiers qui sont d'ailleurs surnommés les Sentiers de la Paix. La 1ère guerre mondiale y ayant laissé de nombreux vestiges que vous apercevrez en certains points du parcours). Les Dolomites vous séduiront également par leur double culture, à la fois germanique et italienne. Vous y entendrez parler l'allemand et l'italien, parfois aussi l'idiome local original qu'est le ladin. A ce propos vous trouverez fréquemment les indications topographiques dans ces 3 langues, soit alternativement, soit même simultanément ! Ne vous étonnez donc pas si vous voyez les différentes indications de « Forcella », de « Scharte » ou de « Jù » pour le col vers lequel vous vous dirigez, ou si le refuge où vous passez la nuit s'intitule indifféremment « Rifugio », « Hütte » ou « Ütia »...

Vous allez aimer

- Les plus belles randonnées des Dolomites
- La culture italienne
- Les chalets et hôtels confortables à l'accueil familial

L'itinéraire jour après jour

JOUR 1

Arrivée au sud des Dolomites vers le massif de la Civetta.

ZOLDO ALTO (1350m)

Installation à l'hébergement pour 2 nuits. En fonction de l'horaire d'arrivée, ascension du Monte Crot (2166m) pour un point de vue imprenable sur l'imposante masse rocheuse du Monte Pelmo, sur la Civetta et les montagnes environnantes. Nuit en hôtel.

2h30 de marche / Dénivelé : +/-310 m / 4 km

JOUR 2

LAGO DI COLDAI / MONTE PELMO

Court transfert en véhicule jusqu'à Casera Vescova (15 min environ). Beau parcours dans les alpages par la célèbre Alta Via N°1 pour rejoindre le refuge Sonino, puis le Lago Coldai (2143m), petit lac de montagne gardé par une colonie de marmottes. De sa rive nord, vue sur le village de Alleghe mille mètres en contrebas et au col Negro di Coldai. Vue imprenable sur la paroi nord-occidentale du Monte Civetta, la "paroi des parois" comme l'ont définie les alpinistes dans le monde entier. Nuit en hôtel.

4h30 de marche / Dénivelé : +/- 600 m / 11 km

Possibilité d'allonger la randonnée :

Pour les plus sportifs, à partir du Passo Staulanza (1773m), randonnée autour du Monte Pelmo par le rifugio Venezia et la haute route de la forcella Val d'Arcia, en empruntant la Alta Via N°1. (parcours technique, avec des passages câblés). Possibilité d'observer des empreintes de dinosaures fossilisées dans la roche calcaire.

7h de marche environ / Dénivelé : +/- 820 m / 12 km

JOUR 3

ASCENSION DU NUVOLAU

Transfert en véhicule (1h environ) au passo Giau (2236m). Tour et ascension du Nuvolau (2574m) pour un point de vue extraordinaire sur le massif des Dolomites. Après la randonnée, trajet en véhicule à Cortina d'Ampezzo (visite de la capitale des Dolomites) et continuation par le passo Tre Croci jusqu'aux eaux cristallines du lago di Misurina. Installation à l'hébergement pour 4 nuits.

4h à 5h de marche / Dénivelé : +/-450 m / 9km

JOUR 4

LAGO DEL SORAPIS

Court transfert en véhicule (15 minutes environ) au passo Tre Croci (1805m). Belle randonnée sous les Zimes de Marcuoira jusqu'au petit lac glaciaire de Sorapis situé au pied du Doigt de Dieu. Superbe retraite dans cet environnement préservé où la roche dolomite donne une teinte particulière au lac. Retour sur la Alta Via N°3 par la forcella Ciadin (2378m) (quelques passages câblés) où les rencontres avec les chamois sont nombreuses.
entre 5h et 6h de marche / Dénivelé : +/-740 m / 13 km

Autre possibilité de randonnée : LAC DE FEDERA
Route pour le lac de Federa, petit lac naturel de montagne niché au coeur du massif Croda da Lago, entre forêts et mélèzes, petits ruisseaux et alpages d'altitude, de nombreux panoramas exceptionnels différents durant cette journée.
4h de marche / Dénivelé : +/-610 m / 10 km

JOUR 5

TRE CIME DI LAVAREDO
Transfert en véhicule (25min environ) du lac de Misurina au rifugio Auronzo. Randonnée en boucle autour des célèbres Tre Cime, parcours panoramique vers le rifugio A. Locatelli des Tre Cime et retour par la forcella de Col de Medo. Nuit en hôtel.
4h à 5h de marche / Dénivelé : +/-365 m / 11 km

JOUR 6

LE DURRENSTEIN ET LE STRUDELKOPF
Transfert en véhicule (45 min environ) de Toblach/Dobbiaco à Ponticello puis bus de ligne pour Pratopiazza (20 min environ). Randonnée en boucle au départ du refuge : ascension du Dürrenstein ou Picco di Vallandro (2839m) et du Strudelkopf (2307m). Superbes vues sur le Monte Cristallo et les Tre Cime di Lavaredo. Nuit en hôtel.
3 à 5h de marche / Dénivelé : +/- 500 à +/- 1000 m / 13 km

JOUR 7

LAGO DI BRAIES

Transfert en véhicule (45 min environ) de Toblach/Dobbiaco jusqu'au lago di Braies, au coeur du parc naturel classé au patrimoine de l'UNESCO, qui est considéré comme la perle des lacs des Dolomites. Au pied de l'imposante Croda del Beco, dans son écrin de verdure, la randonnée vous permet de découvrir ce magnifique lac de montagne aux reflets sans pareil.

1h00 de marche environ / Dénivelé : +/- 50 m / 3 km

Possibilité d'allonger la randonnée :

Montée à Kaserhütte et sur le Schwarzberg puis descente sur l'alpage de Grünwaldalm avant de rejoindre les rives du lago di Braies.

4h de marche / Dénivelé : +/- 640 m / 8 km

En fonction de votre itinéraire d'arrivée, le programme peut être réalisé en sens inverse, à savoir nuits des jours 1, 2, 3 et 4 au lac de Misurina et nuits des jours 5 et 6 à Zoldo Alto.

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.

Dates & tarifs

DEPARTS ET PRIX

Attention, cette randonnée est très demandée, n'hésitez pas à réserver le plus tôt possible.

Départ au choix du 20 juin au 12 septembre 2026

Du 20/06 au 30/06 et du 01/09 au 12/09
750€ par personne, en chambre 2 personnes, en hôtel ** et ***
970€ par personne, en chambre 2 personnes, en hôtel ***

Du 01/07 au 31/07
840€ par personne, en chambre 2 personnes, en hôtel ** et ***
1070€ par personne, en chambre 2 personnes, en hôtel ***

Du 01/08 au 31/08
990€ par personne, en chambre 2 personnes, en hôtel ** et ***
1140€ par personne, en chambre 2 personnes, en hôtel ***

En option (nous consulter)
- Location de véhicule pour 6/7 jours
- Chambre individuelle, sous réserve de disponibilté
- Nuits supplémentaires avant ou après le séjour

Voyage réalisable avec son véhicule personnel ou avec l'option "location de voiture" (un véhicule reste nécessaire pour le bon déroulé du programme)

LE PRIX

Comprend :

- Les nuits en demi-pension du dîner du jour 1 au petit-déjeuner du jour 7 ;
- L'hébergement en hôtel** et *** ou hôtels *** très confortables ;
- Le carnet de route (documentation pour la réalisation de la randonnée). Un carnet est fourni par dossier d'inscription.

Ne comprend pas :

- Les pique-niques du midi ;
- Les boissons et les éventuelles visites ;
- Les déplacements en véhicule personnel ou de location ;
- Le péage pour la route du refuge Auronzo - randonnée des Tre Cime (environ 30€/ véhicule) ;
- Les éventuels frais de parking à Ponticello et au Lago di Braies (2 à 5€/ véhicule/ parking) ;
- Le bus de ligne Ponticello => Pratopiazza (environ 4€/ personne) ;
- Les taxes de séjour :1 à 3 euros/pers/nuit (prix indicatifs sous réserve d'augmentation du gouvernement italien) ;
- L'encadrement (vous êtes garant de votre sécurité);
- L'assurance ;

- Le voyage aller-retour de votre domicile au point de rendez-vous et dispersion.

Le voyage

NIVEAU **

Dénivelé : +/- 300 m à 1100 m en moyenne par jour.
Temps de marche : 5 heures en moyenne par jour.
Chaque jour, deux possibilités de niveaux (modéré ou difficile). Pour le niveau difficile, quelques courts passages techniques équipés de mains courantes (câbles) notamment pour la randonnée autour du Monte Pelmo et du Lago del Sorapis.

Ce séjour nécessite une bonne forme générale. Pour vous préparer, nous vous conseillons la pratique régulière de la marche, du jogging, du vélo ou d'un autre sport. 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

Voyage réalisé en collaboration avec nos partenaires locaux, soucieux comme nous de vous concocter un séjour authentique.

ROAD BOOK

Avant le départ, nous vous remettons un dossier de voyage contenant :
- 1 carte routière
- 1 carte topographique
- Extraits de cartes avec le tracé des randonnées
- 1 topo-guide (descriptif des étapes jour par jour)

TRANSFERTS INTERNES

Les transferts sont réalisés avec votre véhicule personnel ou avec l'option "location de voiture"

HÉBERGEMENT

Deux formules d'hébergement au choix :
- Accueil en demi-pension en hôtel** dans la région de Zoldo Alto et hôtel*** à Misurina. À Zoldo Alto, l'hôtel est un petit-hôtel familial de village confortable. A Misurina, l'hôtel *** est un bel hôtel en bord de lac, avec espace bien-être, bain turc et sauna (espace accessible selon conditions sanitaires locales).
- ou accueil en demi-pension en hôtels*** dans la région de Zoldo Alto et Misurina. À Zoldo Alto, l'hôtel est un chalet-hôtel familial de montagne très confortable, situé au niveau d'un col. L'hébergement propose un sauna finlandais et un espace de détente. A Misurina, l'hôtel *** est un bel hôtel en bord de lac, avec espace bien-être, bain turc et sauna (espace accessible selon conditions sanitaires locales).

Chambres de 2 personnes (ou chambre individuelle sur demande, avec supplément).

REPAS

Dîners et petits-déjeuners sont pris dans les restaurants des hébergements. Pour les déjeuners (non compris), certaines randonnées offrent la possibilité de se restaurer dans les refuges d'altitude rencontrés. Pour d'autres il faudra prévoir un

ravitaillement avant de partir en randonnée.

Merci de nous préciser vos allergies et régimes alimentaires **au moment de la réservation.**
Nous faisons de notre 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.

EXTENSION DE SÉJOUR

Nuit(s) supplémentaire(s) à Zoldo Alto, Misurina et Bolzano, nous consulter.

CLIMAT

Le climat est montagnard: la température peut baisser rapidement en altitude (le parcours évolue entre 1 800m et 3 000 m), le soleil peut se montrer redoutable et le temps peut changer rapidement. Il est donc indispensable de vous équiper en conséquence et de vous renseigner quotidiennement sur les conditions météorologiques (bulletin météo en principe disponible dans les offices de tourisme ou les hébergements de montagne).

Infos pratiques

ACCÈS AU POINT DE DÉPART

Randonnée en autotour : tous les déplacements entre les sites sont réalisés en véhicule personnel ou de location.

EN TRAIN
Plusieurs possibilités de train au départ de nombreuses villes de France. Pas de location de voiture possible à Misurina, possibilité à Venise et Bolzano.

EN VOITURE
Itinéraires disponibles sur www.mappy.fr ou www.viamichelin.fr
- Le village de Zoldo Alto est situé au sud des Dolomites à 135km de Venise.
- Le village de Dobbiaco est situé au nord des Dolomites à 100km de Bolzano (Italie) et à 130km d'Innsbruck (Autriche).

EN AVION
Vols pour Vérone, Venise, Bolzano et Innsbruck.

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.

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

EQUIPEMENT CONSEILLE

Vêtements

Pour la randonnée :
- pour un maximum de confort, privilégier un système de vêtements "multi couches" : sous-vêtements chauds (collant + maillot) type " carline " ou " capilène " (fibres creuses évacuant la transpiration) + sweat ou veste polaire + veste de montagne et surpantalon avec membrane imperméable et respirante (type "gore tex" ou équivalent) pour le mauvais temps
De façon générale et en dehors des climats et pays chauds, éviter le coton qui retient l'humidité près du corps (et sèche difficilement) au profit de matières synthétiques adaptées
- pantalon de toile - shorts - T-shirts
- 6 à 7 paires de chaussettes de randonnée
- 1 cape de pluie couvrant le randonneur et le sac à dos. Si vous avez des survêtements très techniques (voir ci-dessus), il est possible de ne recouvrir que le sac à dos avec un protège sac contre la pluie. Le parapluie quant à lui est moins pratique, surtout en cas de vent ou d'orage...
- 1 chapeau de soleil, l'idéal étant une casquette type saharienne avec visière et protection de la nuque
- 1 foulard pour se protéger du soleil et / ou du vent
- 1 bonnet et 1 paire de gants, selon la saison et l'altitude : toujours les avoir au fond du sac
Pour l'étape :
- tenues de rechange et chaussures confortables
- boules "Quies" ou bouchons d'oreilles "Ear"
- affaires de toilette minimum + serviette + maillot de bain

Globalement, vos vêtements doivent être adaptés en fonction de la saison et de la région choisie.

Matériel divers

Pour la randonnée :
- 1 paire de chaussures de randonnée (avec membrane imperméable et respirante, type "gore tex" ou équivalent) dans lesquelles vous êtes bien ! Il faut "casser" les chaussures neuves avant de partir en randonnée en les portant quelques semaines auparavant afin d'éviter les désagréments des ampoules et échauffements...
- 1 (voire 2) paire de lunettes de soleil avec verres d'indice 3 minimum
- 1 grand sac plastique solide pour envelopper les vêtements et affaires dans le sac à dos (en cas de forte pluie)
- 1 gourde de préférence isotherme de 1 L minimum. Boire est indispensable en randonnée, 2 gourdes de 1 à 1,5 L ne seront pas du luxe en période estivale et / ou dans des régions sèches et chaudes
- 1 couteau pliant type couteau suisse + couverts + gobelet
- 1 bol type tupperware avec couvercle pour les pique-niques
- papier hygiénique, mouchoirs en papier
- 1 paire de bâtons télescopiques, facultatif, mais ils servent à s'équilibrer et alléger le poids du corps en descente, et aident durant la montée en rythmant la marche et en complément de poussée

- 1 boussole (recommandée)
- 1 pochette pour contenir vos papiers et valeurs : passeport ou carte d'identité, contrat d'assurance, carte vitale, certificat de vaccinations, billets d'avion, de train, carte de crédit, argent...)
- 1 petite pharmacie personnelle (Attention liste non exhaustive à adapter en fonction de vos propres besoins médicaux) : pansements stériles prédécoupés, antiseptique local à usage externe (plaies), Elastoplaste et / ou double peau (ampoules), Antalgique type paracétamol, Antidiarrhéique et antiseptique intestinal, Antispasmodique, Antihistaminique (allergies), sérum physiologique ou collyre oculaire, somnifère léger, crème solaire haute protection pour la peau et les lèvres, crème hydratante type Biaffine (coups de soleil et brûlures), crème ou spray antimoustique, Arnica Montana en granules 9 CH (courbatures)...

Pour l'étape :
- 1 paire de sandales légères

Pour randonnées avec hébergements en gîtes d'étape et / ou refuges :
- 1 lampe de poche ou lampe frontale

SAC A DOS

1 sac à dos de 35 à 40 L aéré, réglable et muni d'une ceinture ventrale, pouvant contenir les vivres de la journée, la gourde, un vêtement de protection, l'appareil photo.

TRANSPORT DE BAGAGES

Avec votre véhicule personnel ou avec l'option "location de voiture".

Détails

COMMENT S'INSCRIRE

Pour vous inscrire, nous avons besoin de vos coordonnées :

- Nom, Prénom, date de naissance
- Adresse postale
- Adresse e-mail
- Téléphone
- Téléphone mobile

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... Vous recevez ensuite une confirmation d'inscription.
Le solde du séjour est à régler 1 mois avant le départ, sans rappel de notre part. Pour les séjours en liberté, nous vous faisons alors parvenir votre dossier (carte, road book etc.)
Si vous le souhaitez, vous pouvez également vous inscrire par courrier en remplissant le formulaire ci-dessous et en nous le renvoyant à notre adresse postale :

Altitude Mont-Blanc
62 passage du Nant Devant
74110 MONTRIOND

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	**MYTHIQUES DOLOMITES en Liberté**
Nombre de jours	**7**
Assurance	
Prix du séjour	**750 €**
Arrhes estimatives (30%)	**225 €**
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