



Fréjus Vous Accueille
Association culturelle, artistique



LE GRAND SUD AFRICAIN

Le Cap, entre océans, vignobles et safaris en 4X4

DU 11 AU 20 NOVEMBRE 2026

Adhérent : 2550 €* - Invité : 2590 € - Single : 390 €

Paielements échelonnés, prix sur une base 35 participants

** pourboires inclus*



- J1 : FREJUS → MARSEILLE → LE CAP**
- J2 : LE CAP**
- J3 : LA PENINCULE DU CAP DE BONNE ESPERANCE**
- J4 : LE CAP / STONY POINT / HERMANUS**
- J5 : HERMANUS / MATROSSBERG / RESERVE AQUILLA EN 4X4**
- J6 : SAFARI EN 4X4, RESERVE D'AQUILA**
- J7 : ROUTE DES VINS / LE CAP**
- J8 : LA MONTAGNE DE LA TABLE ET L'ILE ROBBEN**
- J9 : BO KAAP / KIRSTENBOSCH / VOL RETOUR**
- J10 : MARSEILLE → FREJUS**



Renseignements et inscriptions :

Mardi et jeudi de 9h00 à 11h00, auprès de Naima LAHLOU (06.51.73.22.12)

Jour 1 : FREJUS / MARSEILLE / LE CAP

Rendez-vous devant la clinique des Héliades Avenue de Provence et départ en autocar jusqu'à l'aéroport de Marseille avec le référent FVA. Accueil de votre représentant accompagnateur M l'Evasion et assistance aux formalités d'enregistrement. Envol pour le Cap sur vols réguliers Lufthansa via Francfort. Nuit en vol.

Jour 2 : LE CAP

Petit déjeuner en vol et arrivée en fin de matinée. Accueil par votre guide et départ pour le centre-ville du Cap. Fondée en 1652, Le Cap constitue le cœur historique et culturel de l'Afrique du Sud. C'est là que les vaisseaux de la compagnie Hollandaise des Indes Orientales venaient se ravitailler. Au Cap, les traces de l'architecture hollandaise sont encore bien vivantes, aussi bien dans son château que dans ses belles demeures anciennes. Départ pour un tour de ville guidée de la ville du Cap avec au programme : Le « City Bowl », cœur commerçant et lieu de concentration du pouvoir au Cap, niché entre le port, Signal Hill et la montagne de la Table. Vous y découvrirez les imposants bâtiments de l'hôtel de ville et du siège du parlement, Le château de Bonne Espérance, la plus ancienne construction d'Afrique du Sud, qui symbolise l'arrivée de la civilisation occidentale sur le sous-continent africain. Continuation par les jardins de la compagnie des Indes Néerlandaises qui ont conservé le tiers des 18 hectares initiaux de potagers plantés par Van Riebeeck pour ravitailler les navires de la VOC (Compagnie Hollandaise des Indes Orientales). Arrivée à Victoria & Alfred Waterfront et transfert à pied en direction de la place des Nobels à la découverte des 4 statues de Bronze érigées en hommage à quatre lauréats du Prix Nobel de la paix en Afrique du Sud. Le regretté Nkosi Albert Luthuli, l'archevêque émérite Desmond Tutu, l'ancien président F. W. de Klerk et l'ancien président Nelson Mandela. Installation à l'hôtel dans la soirée. Dîner et logement.

Jour 3 : LA PENINSULE DU CAP DE BONNE ESPERANCE

Petit déjeuner puis route en direction du Cap de Bonne Espérance, où se mêlent les océans Atlantique et Indien dans un déchaînement perpétuel. Découverte de la péninsule du Cap : Sea Point, Clifton, Camps Bay et Hout Bay pour découvrir les plages de sables blancs, dominées par de somptueuses montagnes. Arrêt à Hout Bay pour effectuer une excursion en bateau qui vous conduira à Duiker Island, l'île aux phoques. L'île accueille également de nombreuses colonies d'oiseaux. Poursuite par la splendide route panoramique Chapman's Peak Drive creusée dans les parois de la Montagne dans des strates de roches sédimentaires aux couleurs vives et qui court le long de la mer sur 10 kilomètres. Déjeuner en terrasse face à l'océan (selon météo), avec assiette du pêcheur. Continuation vers la réserve du Cap de Bonne Espérance où l'on peut y observer des springboks, des élans et des zèbres du Cap vivant ici en totale liberté. Autre grande attraction animale : les babouins à l'humeur imprévisible et chapardeuse ! Pour les spécialistes, la réserve du Cap de Bonne-Espérance est également réputée pour sa flore exceptionnelle. Retour à l'hôtel dans la soirée. Dîner et nuit à l'hôtel.

Jour 4 : LE CAP / STONY POINT / HERMANUS

Départ après le petit déjeuner par la route côtière pittoresque en direction de Hermanus. Le trajet offre des vues spectaculaires sur l'océan Atlantique et les montagnes environnantes. Arrêt à Beety's Bay pour voir et observer la colonie de manchots située sur la réserve naturelle de Stony Point. Les manchots africains y résident et offrent un spectacle fascinant. La colonie de manchots est installée sur les rochers. Par des passerelles sur pilotis, on gagne les abords immédiats de la zone où vivent une société de plusieurs milliers de pingouins africains, un oiseau inscrit sur la liste rouge des espèces menacées. Déjeuner en cours de route et arrivée à Hermanus. Cette ville est réputée pour ses opportunités d'observation des Baleines depuis la côte (d'août à novembre). Balade sur le front de mer en empruntant un chemin en bois accroché à la côte. Depuis ce point vous pourrez voir les baleines franches australes de près. Dîner dans un restaurant en front de mer, nuit à l'hôtel.

Jour 5 : HERMANUS / MATROSSBERG / RESERVE AQUILLA EN 4X4

Petit-déjeuner départ en direction de la réserve privée d'Aquila. Passage par la petite ville de Worcester, fondée en 1819, elle a été baptisée en l'honneur du marquis de Worcester, frère de Lord Charles Somerset, gouverneur de la colonie du Cap. Ensuite vous passerez par le massif montagneux du Matroosberg. Le nom "Matroosberg" signifie littéralement "montagne du marin" en afrikaans, faisant référence à sa hauteur et à son emplacement majestueux. Arrivée à Aquila, installation et déjeuner tardif au lodge. La réserve privée d'Aquila s'étend sur 10 000 hectares et se situe entre le Langeberg et les montagnes Outeniqua, dans le Cap occidental. Aquila est plus qu'une simple destination de safari inoubliable, c'est une expérience d'hospitalité africaine luxueuse, de délices culinaires traditionnels, d'excellence du service et de restauration de la fierté des peuples autochtones et de leur terre. Départ dans l'après-midi pour votre 1er safari en véhicule 4x4 dans la réserve d'Aquila à la recherche des Big 5. Retour dans la soirée au lodge et dîner et nuit.

Jour 6 : SAFARIS 4X4 DANS LA RESERVE PRIVEE D'AQUILA

Collation matinale et départ pour un safari au lever du soleil en véhicule 4x4 ouvert dans la réserve à la recherche des « Big Five » : éléphant, léopard, lion mais vous pourrez également y voir des guépards, girafes, hippopotames, antilopes qui sortent souvent le matin pour chasser ou s'abreuver sur les bords des étangs ou rivières. Retour au lodge pour le petit-déjeuner. Temps libre, pour profiter de la piscine ou du spa, tout en contemplant les faune et flore de la réserve depuis le lodge. Déjeuner puis reprise du safari au coucher du soleil pour des rencontres inoubliables de cette nature à l'état sauvage ! A la tombée de la nuit les rhinocéros sont souvent plus visibles tout comme les buffles du cap entourés de phacochères, impalas ou Zèbres... Retour à l'hôtel dans la nuit. Dîner et nuit au lodge.

Jour 7 : ROUTE DES VINS / LE CAP

Petit déjeuner au lodge puis départ pour **la visite de la célèbre Route des Vins** dans la région de Stellenbosch. Le vignoble Sud-Africain est en effet réputé dans le monde entier. Les caprices du climat et la diversité des sols permettent pour chaque propriété importante, de produire des rouges aussi différents que le Cabernet Sauvignon, le Shiraz et le Pinotage (croisement du Pinot Noir et de l'Hermitage), ainsi que des Sauvignons blancs, des Chardonnay ou du Riesling. **Arrêt pour la visite d'une propriété vinicole de la région et dégustation de crus sud-africains.** Déjeuner dans la propriété vinicole. Après le repas, route vers Franschhoek, littéralement « Le Coin français » afin d'effectuer **la visite du musée et du mémorial dédiés aux Huguenots.** Au XVII^e siècle, certains huguenots français, fuyant les persécutions, émigrèrent en Hollande, d'où deux cents partirent pour l'Afrique du Sud. Le musée retrace l'histoire et la généalogie des descendants de ces immigrés. Dans l'après-midi, retour vers la ville du Cap avec ascension en bus au sommet de Signal Hill afin de découvrir le panorama sur la région. Dîner et nuit à l'Hôtel.

Jour 8 : LA MONTAGNE DE LA TABLE ET L'ILE ROBBEN

Petit déjeuner et départ pour l'ascension de la montagne de la Table en téléphérique, qui a été inaugurée en tant que l'une des 7 nouvelles merveilles de la nature du monde en 2012 ! Une vue panoramique à 360° de la péninsule et les deux océans s'offrira à vous ! Déjeuner. Après le repas, départ pour le bord de l'océan et embarquement sur un ferry en direction de Robben Island ou Nelson Mandela et des milliers de combattants de la liberté sud-africains ont été emprisonnés pendant des années. Au cours de cette visite, vous pourrez voir les bâtiments et un haut mur construit par les prisonniers dans les années 1960, la carrière Bluestone, les bunkers de l'armée et de la marine et la prison à sécurité maximale où des milliers de combattants de la liberté sud-africains ont été emprisonnés pendant des années. Et bien sûr, la cellule la plus visitée de l'île, « la cellule de Nelson Mandela » Retour à l'hôtel. Dîner et nuit.

Jour 9 : BO KAAP / KIRSTENBOSCH / VOL RETOUR

Petit déjeuner puis départ pour la visite du quartier malais « BOKAAP », surplombé par les hauteurs de Signal Hill, le plus connu de la ville où l'ambiance des senteurs et des saveurs épicées flottent dans les rues aux maisons colorées. Promenade dans le quartier historique qui vous emmènera, à travers ses coins et recoins, ses légendes et ses secrètes à découvrir la cuisine particulière de la communauté Cape Malay. Déjeuner puis visite du jardin botanique national de Kirstenbosch, reconnu comme l'un des plus grands jardins botaniques du monde. Peu de jardins peuvent égaler la grandeur du cadre de Kirstenbosch, sur le versant est de la montagne de la Table du Cap. Transfert pour l'aéroport du Cap et assistance aux formalités, d'enregistrement. Envol à destination de la France. Dîner et nuit en vol.

Jour 9 : MARSEILLE / FREJUS

Petit déjeuner en vol, connexion pour Marseille et retour vers Fréjus.

Le prix comprend :

- ♦ Le transport en autocar vers l'aéroport de Marseille A/R depuis votre ville
- ♦ Le transport aérien sur vols Lufthansa via Francfort ou toute autre compagnie Iata avec 1 escale
- ♦ Les taxes d'aéroport (165€ au 13/01/2026)
- ♦ L'hébergement en chambre double de première catégorie et 2 nuits en lodges dans la réserve privée d'Aquila
- ♦ La pension complète du dîner du jour 2 au déjeuner du jour 9 (collation le J1 avant l'arrivée et dîner le J9 en vol)
- ♦ Le transport en autocar climatisé
- ♦ La présence de guides locaux parlant français
- ♦ Les visites mentionnées au programme
- ♦ Les 3 Safaris 4X4 à la réserve privée Aquila
- ♦ L'ascension en téléphérique de la Montagne de la Table
- ♦ La découverte du Cap de bonne espérance en bateau
- ♦ La visite de Robben Island avec ferry
- ♦ La visite de vignoble avec dégustation de crus
- ♦ L'entrée au jardin botanique de Kirstenbosch
- ♦ L'entrée au musée et mémorial des Huguenots
- ♦ Les taxes de séjour et taxes locales
- ♦ L'assurance assistance / rapatriement
- ♦ La présence d'un accompagnateur M l'Evasion
- ♦ L'assurance annulation offerte (valeur 50€ par personne)
- ♦ **Les pourboires**

Le Prix ne comprend pas :

- ♦ Supplément chambre individuelle : 390€
- ♦ Les boissons aux repas

- ♦ *Programme équilibré au départ de 3 hôtels et lodges uniquement*
- ♦ *3 safaris en 4x4 à la rencontre des Big Five !*
- ♦ *Visite complète de la péninsule du Cap et de Bonne Espérance*
- ♦ *Programme varié entre deux océans, route des vins et safaris !*
- ♦ *Expériences inoubliables avec balades en bateau, nuit en pleine savane, ascension en téléphérique sur les hauteurs du cap*

Formalités :

Passeports en cours de validité et valable 6 mois après la date de retour avec au moins 2 pages vierges.

Photocopie de votre passeport obligatoire lors de l'inscription.

Aucune vaccination n'est exigée à ce jour, ni traitement antipaludéen.

Information :

L'ascension de la montagne de la table et l'excursion à Robben Island sont sous réserve des conditions météorologiques du jour. Les ferries ne prennent pas la mer si gros temps et forte houle et le téléphérique n'opère pas en cas de forte rafale de vent.

PLAN DE VOL :

11 Novembre Marseille / Francfort 18h45 / 20h2

11 Novembre Francfort / Le Cap 22h15 / 11h 00 + 1 heure (heure locale)

19 Novembre Le Cap / Francfort 18h 45 / 05h 35 + 1 heure (heure locale)

20 Novembre Francfort /Marseille 08h05 / 09 h 40