



couleurs Paradis

Eric & Nicole Décosterd
535 route de Monchéri

97116 Pointe-Noire

0059 / 0590 95 19 28

0059 / 0690 85 35 17

info@couleursparadis.com

www.couleursparadis.com

Idées de sorties



Excursion au volcan de la Soufrière – 1 jour

La Soufrière (éruption de 1976), 1467 m au point culminant du cratère appelé "La Découverte". Le "Dôme" du volcan prend la forme d'un cône tronqué. Son tour de taille à sa base est de 900 m de diamètre. Le sommet ne présente pas de cratère immense, mais offre aux visiteurs un paysage chaotique relativement plat où les formations rocheuses

A prévoir :

- Bonnes chaussures qui ne craignent pas l'humidité et qui tiennent bien la cheville, car le chemin est caillouteux, ainsi qu'un vêtement de pluie et un petit pull car la température peut être en dessous de 10° par temps couvert.
- Partir de bonne heure et par temps découvert

Durée de la randonnée : Env. 4h30



Visite de la maison du Volcan : Prendre rdv

Escapade aux Saintes – 2 jours

Les Saintes sont un petit chapelet d'îlets faisant partie de l'archipel de Guadeloupe. L'archipel des Saintes ne s'étend que sur 13 km² mais est caractérisé par un grand littoral, enrichi de ceux de 4 petites îles non-habitées. Les côtes de ces îles sont dépourvues de vrais récifs mais leurs fonds rocheux sont tapissés de coraux. Les fonds sableux sont eux plus ou moins colonisés par des herbiers de Phanérogames marines. Les Saintes hébergent de nombreux iguanes terrestres.

Prendre le bateau à Trois-Rivières pour Terre-de-Haut (traversée d'env. 20 minutes) 14 Euros (Brudey) 16 Euros avec Cie des Iles du Sud mais gratuit pour Terre-de-Bas.

Visites à faire sur place :

- Fort Napoléon (6 Euros)
- Plage de Pompierre
- A tester : kayak de mer transparent (18 Euros)
- Visite, le deuxième jour, de Terre-de-Bas (navette de la Cie des Iles du Sud)
- Retour : départ à 16h00



Escapade à Marie-Galante – 1 jour

Aperçu :

Marie-Galante, terre de traditions rurales, qui cultive un art de vivre paisible, abuse avec malice plus d'un observateur et ses battements de cœur s'activent en un clin d'œil au rythme de la fête et de ses complicités familiales.

D'une superficie de 158 km², l'île, qui est plus communément appelée la "grande galette" en rapport à sa forme circulaire et à son relief peu élevé (le plus haut sommet, le morne constant, culmine à 204m), compte trois Communes et 12 410 habitants. Marie-Galante qui a compté jusqu'à 106 moulins est aussi appelée "l'île aux cent moulins" ou la "Grande dépendance".

Marie-Galante propose l'authenticité de la vie aux Antilles, un charme pittoresque, d'innombrables plages de sable blanc, des lagons bordés de récifs coralliens, et la sérénité du séjour.

De nombreux autobus proposent " un tour de l'île" en une journée, avec des formules intégrant le déjeuner. Par ailleurs, diverses possibilités de location de véhicules (vélos, scooters, véhicules de tourisme) sont offertes à ceux qui souhaitent découvrir librement cette terre de tranquillité.

On arrive à Marie-Galante depuis Pointe-à-Pitre après 45 mn de trajet par bateau



Escapade à la Désirade

Aperçu :

Au large de la Pointe des Châteaux, voici La Désirade, l'île tant désirée ! Vue de loin, sa forme évoque la quille d'une barque renversée.

La Désirade vit hors du temps. Calme et simplicité caractérisent ce rocher tabulaire bien différent des autres îles de l'archipel. Rien ne semble en effet pouvoir perturber l'atmosphère tranquille qui règne sur l'île, ni modifier l'authenticité et l'accueil bienveillant de ses habitants composés en grande partie de descendants de Bretons, de Normands, de Poitevins. Longue de 11 Km et large de deux, elle possède de magnifiques plages de sable blanc protégées par de longues barrières de corail qui enchanteront baigneurs et plongeurs.

Seul le littoral Sud est habité. L'unique route rectiligne relie Grande-Anse, bourg principal, aux différents quartiers, Les Galets, Le Souffleur et Baie-Mahault...

La Désirade, tout comme les îles sauvages de la Petite-Terre qui lui sont rattachées, offre une végétation étonnamment diversifiée. On y trouve aussi de belles et intéressantes colonies d'animaux en voie de disparition : iguanes, agoutis, paille en queue, etc.

Petit à petit, l'île se modernise et s'équipe pour un développement touristique à son échelle : plages et sentiers de randonnée aménagés, hébergement en gîtes, sympathiques restaurants...

On se rend à la Désirade par mer (45 mn depuis Saint-François), ou par air (15 mn depuis l'aéroport Pôle Caraïbes).



Découverte de la Mangrove – 1 jour

La mangrove, un écosystème tropical, une interface avec le milieu terrestre et le milieu marin. La mangrove est souvent définie comme étant l'ensemble de la végétation (les palétuviers) qui se développe dans la zone de balancement des marées des régions littorales intertropicales. Une acception plus large considère la mangrove comme l'ensemble de l'écosystème colonisé par cette végétation.

La mangrove colonise des zones alimentées en eau douce et à l'abri des courants marins, comme les estuaires, les systèmes lagunaires, c'est-à-dire des zones calmes et peu profondes

Aperçu de la journée : (Pêcheur de Rêve – si il fait encore...)

L'excursion en bateau que propose Le pêcheur de rêves est un véritable bain de culture guadeloupéenne, à la découverte de l'histoire et des trésors du Grand Cul de Sac Marin. Avec une vitesse de croisières de 8 nœuds, vous aurez le temps d'apprécier et d'observer la faune locale, munis d'une paire de jumelles et des fiches ornithologiques créées par les propriétaires, et grâce aux précieuses explications de Philippe. Au programme, escales à La Biche et à proximité des coraux et d'autres îlets, visite de la mangrove les pieds dans l'eau, baignade...sans oublier à midi le délicieux et non moins original repas créole préparé par Mylène, chauffé sur le traditionnel réchaud à charbon et servi dans des couis, assiettes creusées dans des calebasses.

Prix de la journée : 60 euros



Découverte de Petite-Terre – 1 jour

Aperçu :

A une dizaine de kilomètres de la Guadeloupe, au large de la Pointe des Colibris existe un petit archipel : Terre de Haut et Terre de Bas, habité uniquement par d'antiques iguanes, d'énormes crabes et des oiseaux mystérieux.

Deux îles désertes séparées par un superbe lagon aux eaux claires entourées de corail. Leurs plages de sable blanc sont les plus préservées des Antilles. L'intérieur des îles est impénétrable, aucune route, aucun sentier ne traverse le maquis d'épineux et de cactus

Préservées de toute pollution et de l'agression des hommes, les îles vierges de la Petite Terre sont un paradis d'eau, de soleil et de sable sur l'océan. Les îles de la Petite Terre dépendent de la Désirade et sont sous sa responsabilité.

Il existe plusieurs tour-opérateurs qui organisent les expéditions sur Petite-Terre.

Départ de St-François

Prix : selon les agences (entre 65 euros et 100 euros la journée)



Excursion à la rencontre des cétacés – 1/2 jour (le mardi)

Aperçu de la demi-journée :

Sortie pour l'observation des baleines à bosse, cachalots et dauphins. Repérage des cétacés par hydrophone et jumelles. Animation et commentaire par un guide écotourisme baleinier. Ecoute du chant des baleines à l'aide d'un système sonore. Boissons offertes

Guadeloupe Evasion Découverte met en place différents matériels pédagogiques.

- Un hydrophone pour le repérage acoustique des cétacés
- Des écouteurs pour permettre aux visiteurs d'écouter les sons émis par les cétacés
- Un ampli et enceintes pour permettre à l'ensemble des visiteurs d'écouter les sons des cétacés à bord du navire.
- Des fascicules illustrés de cétacés
- Des planches pédagogiques sur les différentes espèces de cétacés.
- Des jumelles pour les visiteurs afin de les faire participer au repérage et à l'observation des cétacés.

Départ vers 8H00 (rdv 7h45) ou 13H00 (rdv 12h45) au port de Deshaies
Retour vers 12H00 ou 17H00

Prix de la journée : 50 euros



Découverte du parc Aquacole – fin de matinée + repas de midi

Aperçu:

Le parc aquacole situé à Pointe Noire, au coeur de la Côte sous le vent, défend la production d'une espèce typique de Guadeloupe : le Ouassou. Ressemblant à une grosse crevette, il se pêchait en "tan lontan" dans les rivières. Aujourd'hui disparu, on le trouve dans les supermarchés des Antilles au rayon surgelés. Malheureusement, ces ouassous proviennent de destinations étrangères et sont issus d'élevages intensifs. Le Parc Aquacole, entreprise artisanale, se veut garant d'une production naturelle et de qualité (pas de pollutions, pas de médicaments). Recommandé par le Parc National de Guadeloupe, vous pourrez découvrir cette activité en compagnie d'un biologiste. Le cadre magnifique invite à se balader et à observer dans leur milieu naturel des oiseaux protégés : balbuzards, martins-pêcheurs, kyos, aigrettes neigeuses... L'activité pêche est proposée. Neufs étangs permettent de taquiner le rouget créole. Vous pouvez bien sûr repartir avec votre pêche.

Le parc aquacole propose également la vente de ses produits : ouassous, ombrines tropicales et rougets créoles, ou vous invite à savourer ses produits frais à sa table d'hôte le vendredi et dimanche midi (sur réservation les autres jours).

Ouvert tous les jours sauf le lundi de 09h à 17h. Visites commentées à 11h et 15h. Pêche aux ouassous le vendredi matin.



Découverte du Parc zoologique des mamelles

Aperçu:

Le parc des Mamelles héberge des animaux de la faune sauvage locale guadeloupéenne et de la faune sauvage Guyanaise. Ce n'est pas un parc d'exhibition, ça vocation est la protection et la sauvegarde.

L'essentiel des efforts est donc centré sur la reproduction de ces espèces menacées de disparition.

Afin de garder une éthique irréprochable face au milieu naturel de la forêt tropicale, le parc des Mamelles s'est attaché au travers de chaque volière et enclos, à prendre soin de toujours respecter les besoins physiologiques de l'espèce hébergée.

Prix de la visite : 13.5 Euros



Jardin botanique de Deshaies – 1/2 journée

Aperçu :

Réalisé par des concepteurs et des professionnels du paysage, le Jardin Botanique est un parc floral et animalier de grande qualité. Situé sur l'ancienne propriété de Coluche, à travers un parcours de 1,5km, le jardin présente un éventail impressionnant de fleurs et de plantes tropicales, avec plus de 1.000 espèces exotiques telles que bougainvilliers, hibiscus, roses de porcelaine mais également une grande richesse d'arbres comme le Fromager, le Baobab, le Mapou, l'Arbre à saucissons, l'Arbre à pains, sans oublier le Talipot, palmier unique en Guadeloupe.

Conçu pour faire découvrir aux visiteurs la richesse de la flore des Antilles, le parc se découvre au fil de 15 thèmes où l'on croise également 11 espèces animales en semi-liberté, dont notamment des flamands roses, des volières, un village de perroquets...

Ouvert de 09h00 à 16h00 – fermeture 17h30

Prix de la visite : 14.50 Euros



Point de vue de la Pointe des Châteaux

Aperçu :

La pointe des châteaux est située à l'extrême est de la Grande Terre à 11 km de St-François. Des falaises et une végétation façonnées par le vent font de ce site une visite incontournable.

A gauche de la pointe se trouve la plage des Grandes Salines où des vagues de belle taille viennent mourir. La baignade y est dangereuse, voir interdite.

Au bout du vaste parking, des marchands ambulants vendent des souvenirs pour les touristes, mais on a également la possibilité de s'y restaurer dans un restaurant au « grand air ».

Escalader le Morne Pavillon, petite colline située à l'extrémité de la Pointe des Châteaux, jusqu'à la grande croix, n'est pas si facile qu'il n'y paraît... mais le panorama sur la Désirade et sur Grande-Terre mérite amplement l'effort ! Par beau temps, on peut aussi apercevoir les Saintes, Marie-Galante et la Souffrière.



Découverte du Nord de Grande-Terre

Aperçu :

Réfugiés entre la mangrove, les Grands Fonds et les anciens champs de canne, Morne-à-l'eau, Vieux Bourg et Petit Canal ouvrent l'accès aux vastes étendues du Nord de la Grande Terre. Enclaves de traditions encore préservées, la sérénité de ces sites peu visités sont en train de s'organiser pour proposer un tourisme durable. Le Nord Grande Terre, territoire rural, est un espace aux sources naturelles diversifiées, associées à un patrimoine culturel d'une grande richesse

Visites à faire dans la région :

- La Pointe de la Grande Vigie (site unique avec ses falaises de calcaires à plus de 80 mètres au dessus de l'océan. Un site grandiose.)
- Lagon de la Pore d'Enfer (Il y a là, une plage "de rêve" : le "Trou Mam Coco". La légende raconte qu'une certaine madame Coco, poursuivie par des histoires de cœur et victime de la rivalité d'une autre belle, y aurait disparu, son ombrelle à la main...)
- Les marches (aux esclaves) et le monument de la liberté à Petit-Canal
- La distillerie Damoiseau
- Le cimetière de Morne-à-l'Eau
- Beauport, pays de la canne



Découverte de la ville de Basse-Terre

Aperçu :

Capitale administrative de l'archipel, Basse-Terre est le siège de la préfecture, du Conseil général et du Conseil régional . Construite en 1643, autour du fort Delgrès, anciennement fort Houël, et du quartier du Carmel, elle s'est, au fil du temps, étendue le long de la mer puis sur les contreforts de la Soufrière. Elle était alors la capitale locale où siégeait le Gouverneur. Selon les aléas de l'histoire, elle a été aux mains des colons espagnols, français, anglais.

A faire :

- Marché couvert (le matin)
- Visite du Fort Delgrès
- Maison du patrimoine

A faire dans le coin :

- Distillerie Bologne



Visite du domaine de Séverin

Aperçu :

Situé dans un écrin de verdure sur la commune de Sainte-Rose au nord Basse-Terre en Guadeloupe. Le Domaine de Séverin est une distillerie de rhum agricole. On y fabrique le rhum blanc connu pour son fameux "Ti Punch", le rhum vieux vieilli en fût de chêne, ainsi qu'une large gamme de punches aux fruits naturels

La visite du domaine peut se faire :

A pied

- la distillerie (broyage de la canne à sucre, fermentation et distillation)
- la roue à aubes
- le chai de rhum vieux
- une vue superbe sur les bassins de ouassous
- un sentier découverte à travers les jardins tropicaux
- la mise en bouteilles du rhum, des punches et des épices
- "la case à Popo"
- le Ti lolo Resto
- dégustation et vente de nos produits à la "Cave à Rhum"

En Petit Train

Confortablement assis, vous passerez à travers les bassins de ouassous où vous pourrez assister à une pêche spectaculaire, ensuite vous passerez par les champs de canne à sucre, la distillerie, la maison familiale du Domaine et les fabriques d'épices. Enfin, vous terminerez la visite à la boutique du Domaine par une succulente dégustation de rhums et punches.

Tarif d'entrée du Domaine :

- Adultes : 9 €



Visite de l'habitation de La Gravelière

Aperçu :

Au cœur de la commune de Vieux-Habitants, le domaine de l'Habitation de La Gravelière, classé monument historique, est un témoin majeur de l'histoire de l'économie des plantations.

Le domaine s'est spécialisé sur la revitalisation de la production caféière. Cette variété d'arabica « Bourbon » est classée parmi les quatre meilleurs cafés du monde.

Différentes formules de découverte du musée de la Gravelière sont proposées alliant visite et saveurs :

- Visite de l'habitation et du jardin créole
- Circuit initiatique autour du café et du cacao

Le tout au milieu d'une végétation luxuriante, un véritable havre de Paix qui sent bon la terre et l'histoire.

Possibilité de table d'hôte à midi sur réservation

Formule « saveurs passion à table » comprenant : Visite guidée, Repas complet : entrée-plat-dessert, 1 café ou 1 jus offert pour 24 Euros ou 14 Euros



Visite de l'Ecomusée de la Guadeloupe – Jardin créole

Aperçu :

Entrez dans la Guadeloupe profonde : notre culture, notre histoire, nos traditions,.... tous les aspects de la Guadeloupe d'hier à aujourd'hui sont présents : décoration florale traditionnelle, fruits, racines, légumes, plantes médicinales, etbien d'autres merveilleuses choses

UNIQUE EN GUADELOUPE ET EN UN SEUL LIEU, découvrez les us et coutumes de nos grands parents : grâce à nos systèmes vidéo découvrez comment faire un bâton de cacao, une kassav, griller du café, comment jouaient les enfants, antan lontan, osselets (pichines), billes (cristal, (jeu de pomme), banza , la brouette, trottinette, ... Retrouvez les toilettes de fortunes antan lontan (KATICH),... Tout cela dans une luxurieuse végétation typiquement créole

Ouverture : Du mardi au dimanche inclus, de 9h à 16h30

Prix : 12.50 Euros



Le Parc archéologique des Roches Gravées

Aperçu :

Le Parc archéologique des Roches Gravées date de 1970. Il a été créé par la Société de l'Histoire de la Guadeloupe qui a procédé, entre 1972 et 1973, aux différentes acquisitions de terrains nécessaires à son implantation. L'Office national des Forêts a construit le bâtiment d'entrée, tracé le sentier et jeté les passerelles. Le 26 février 1974, les Roches Gravées sont classées Monuments historiques et leur protection définitivement acquise. Depuis 1981, le Parc est propriété du département de la Guadeloupe.

D'une superficie d'environ 1 hectare, le parc s'étend sur la commune de Trois-Rivières, face à l'archipel des Saintes et, de loin, la Dominique. On y découvre, au milieu d'un chaos de roches volcaniques et d'une végétation luxuriante, les étranges témoignages laissés sur la pierre par les Indiens Arawaks, occupant l'île avant les caraïbes.

Ouverture : Tous les jours de 8h30 à 17h.



Découverte du Domaine de Vanibel

Aperçu :

Sur l'île de la Guadeloupe, le domaine de Vanibel est une charmante propriété perchée à 350 m d'altitude, à 4 Km du Bourg de Vieux-Habitants, au coeur de la Côte Sous-le-Vent territoire riche de son environnement et de ses traditions.

La famille Nelson vous invite à faire le tour du Domaine Vanibel à la rencontre de la tradition.

Repris il y a trente ans par la famille Nelson, le Domaine de Vanibel, ancienne sucrerie devenue habitation caféière au XIXe siècle, est aujourd'hui une exploitation agricole familiale où l'on pratique la diversification et la culture raisonnée. Ici, les productions de café, vanille et banane sont modestes en rendement mais d'une qualité haut de gamme.

Ouverture : du lundi au samedi, visite à 15h

Prix : 5.50 Euros



Quelques Traces

Le Tour du Houëlmont : 2 h – niveau facile

Situation: stade municipal de Gourbeyre à Bisdary, au sud-ouest de Basse-Terre par la route de Saint Charles (suivre DSDS). Difficultés: passages rocheux. Distance: 5 km. Dénivelée: 270 m. Balisage: jaune. Départ: Laisser le stade derrière soi et entrer dans le sous-bois au niveau d'un panneau du Conservatoire du Littoral en passant un petit talus. Le sentier du Houëlmont vous conduira à travers le massif volcanique du sud de la Basse-Terre, vous fera découvrir une forêt d'une richesse exceptionnelle, et deux vestiges de cimetières datant de l'époque coloniale...

Arrivée: suivre le sentier empierré sur la gauche qui ramène au départ.

La chute du Galion : 2h30 – niveau moyen

Situation: massif de la Soufrière (commune de Saint Claude), au nord-est de Basse-Terre par les N 3 et D11. Difficultés: pavés glissants, tronçons boueux et présence de racines. Vers la fin du parcours escalade à l'aide de cordes fixes. Distance: 4 km. Dénivelé: 140 m. Balisage: jaune. Départ: La Maison du Volcan. Au pied de la Soufrière, ce parcours à travers la végétation rabougrie se termine par le spectacle étonnant d'une chute de 40 m de hauteur.

Arrivée : Même chemin.

Hauteurs de Deshaies/Ste-Rose : 4h00 – niveau très facile

Situation: N 2, au carrefour plage des Amandiers, tourner dans la D 18, route de Duzer jusqu'au lieu dit Davidon. Distance: 8.5 km. Dénivelé: 230 m. Départ: Chemin agricole. Entre l'extrémité de la chaîne de montagne et le littoral, les paysages sont diversifiés, plus agricole sur Sainte-Rose et plus forestier sur Deshaies.

Arrivée: Route de Davidon.

La Boucle des deux Rivières : 2h00 ALLER – niveau facile

Situation: Entre Vieux-Habitants et Marigot, prendre la route de Beaugendre, non loin du pont de la rivière du même nom, prendre toujours à droite. Garer la voiture sur le petit parking de terre, à gauche, un peu plus haut que le départ balisé de la trace. Distance: 3,8 km. Dénivelé: 355 m. Balisage: ONF. Départ: Vallée de Beaugendre. La découverte des vallées de la Côte-sous-le-Vent, et au bout de l'effort, un bon bain avant de visiter l'une des pièces maîtresses du patrimoine guadeloupéen, la Grivelière.

Arrivée: La Grivelière MAISON DU CAFE

La Boucle des Etangs : 4h45 – niveau difficile

Situation: Haut de Capesterre par les N1 et D4 (route de l'Habituée). Difficultés: risque de glissades, présence de racines et de rochers. Distance: 6 km. Dénivelé: 350 m. Balisage: jaune. Départ: parking grand étang (avant parking des chutes du carbet). Ce parcours associe le grand étang, l'ascension de l'As-de-Pique et la découverte, au pied de la Madeleine, de deux anciens étangs: ROCHE ET MADERE.
Arrivée: Parking grand étang.

La Boucle Tête Allègre-Sofaia : 6h00 – niveau difficile

Situation: La Boucan, à 7 km au sud-est de Sainte-Rose par la N 2. Difficultés: Montée raide et passages boueux. Distance: 12 km. Dénivelée: 695 m. Balisage: Jaune Départ: De la route forestière de la Muraille emprunter un chemin argilleux. Itinéraire empruntant des milieux variés, aquatique avec les traversées de rivière, et offrant des points de vue sur le Grand Cul-de-Sac Marin depuis les crêtes.
Arrivée: Descendre par le sentier à droite pour rejoindre le départ

La Trace Belle Hôtesse : 3h00 – niveau moyen

Situation: Sortie Nord de Pointe Noire, route Nationale n°2, lieu dit "Gommier". Distance:... Dénivelé:... Balisage:. Départ: Au bout de la Route de Gommier et Perou. Prévoir haltes de récupération.
Arrivée : Au sommet du morne Belle Hôtesse, retour par le même chemin.

La Trace des Contrebandiers : 3h30 aller – niveau moyen

Situation: Route forestière de Duportail (commune de Sainte Rose), à 10 km au Sud-Est du bourg par les N 2 et route de Duportail. Distance: 6,5 km. Dénivelé: 760m. Balisage: jaune. Départ: Duportail. Traversez le massif de la Basse Terre d'Est en Ouest en découvrant les plantations de mahoganys et la diversité des paysages forestiers. Cette trace tient son nom du trafic clandestin de rhum et de tabac qui s'y déroula durant tout le 19eme siècle. Passage boueux et rocheux pouvant être glissants. Prévoir un véhicule pour le retour.
Arrivée: Calvaire des Larmes, Pointe-Noire

La Trace du Petit-Malendure : 2h00 – niveau facile

Situation: Mahaut, à 3.5 km au sud de Pointe-Noire par la N 2. Difficultés: falaises, passages rocheux. Circuit linéaire: prévoir un véhicule pour le retour. Distance: 2,5 km. Dénivelé: 144 m. Balisage: jaune et blanc + panneaux. Départ: 50 m après le pont à droite (panneaux), s'engager sur le sentier à travers les roches et les pierres ardoises. Gagner une bifurcation. Découvrez le littoral de la Côte-sous-le-Vent caractérisé par une forêt sèche (xerophile). Profitez des panoramas sur les îlets Pigeon et des petites criques qui invitent à la baignade. Parking avant le pont de la rivière Colas en venant de Pointe Noire.

Arrivée: plage du Petit-Malendure.

Le Piton-Baille Argent : 6h00 – niveau difficile

Situation: Trou Caverne, à 2 km au nord-est de Pointe Noire par la N 2. Difficultés: Montée raide au départ, passages boueux. Circuit linéaire, prévoir un second véhicule. Distance: 9.5 km. Dénivelée: 680 m. Balisage: Jaune. Départ: Du chemin de graviers prendre à gauche sur le sentier enherbé. Depuis la Côte-sous-le-vent, cet itinéraire sportif donne accès à la barre de l'île, au refuge de Belle Hôtesse, et plonge le randonneur au cœur de la Basse-Terre.

Arrivée: Même itinéraire que le départ.

Le Saut des Trois-Cornes : 2h30 – niveau facile

Situation: Sofaïa, à 6 km au sud-ouest de Sainte Rose par la D 19. Difficultés: montée raide, passage de rivière, boue. Distance: 3 km. Dénivelé: 150 m. Balisage: jaune. Départ: Face aux bains de Sofaïa (panneau ONF), s'engager tout droit sur le circuit botanique. Un circuit botanique aménagé par l'ONF au nord de la Basse Terre qui permet de découvrir la forêt naturelle avec ses grands arbres, ses lianes et ses épiphytes. Après la balade, prenez une douche en plein air sous les eaux sulfureuses de Sofaïa. Arrivée: Sofaïa.

Trace de la Rivière Quiock : 2h30 – niveau moyen

Situation: D 23 (route de la Traversée) entre Pointe Noire et Petit Bourg. Difficultés: passages boueux et rocheux. Circuit linéaire: prévoir un véhicule pour le retour. Distance: 4,5km. Dénivelé: 280 m. Balisage: jaune. Départ: Maison de la Forêt. Ce parcours vous emmène au cœur de la forêt humide de la Guadeloupe. Ici, la forêt primaire, qui s'est naturellement construite au fil des siècles depuis l'émergence de l'île, n'a subi aucune modification humaine importante. ATTENTION: 18 traversées de rivières.

Arrivée: route forestière de grosse montagne D23.

Quelques sources d'eau chaude

Ravine Thomas :

Bouillante, les eaux chaudes Bouillante, un nom tout à fait justifié tant les résurgences d'eau chaude foisonnent sur cette commune. A l'intérieur des terres comme en mer, il est possible de se plonger en entier ou faire trempette dans des eaux vraiment très chaudes. D'aucuns leur prêtent des vertus thérapeutiques (connues depuis le 17ème siècle), d'autres préfèrent en ressentir un bien-être intense et si naturel ! Dans la mer, la source Thomas surprend toujours ! Au panneau ravine Thomas, tourner à droite vers la mer, suivre la route, se garer dès que possible et suivre le chemin (très emprunté) pour accéder à la source. Là, un bassin de roches accueille tant bien que mal 5 à 6 personnes. Entre la chaleur de ce bassin et les embruns de la mer, vous vivrez un grand moment de pur bonheur. Il sera difficile de s'en extraire, cependant abuser de cette eau n'est pas recommandé. Puis, vous pourrez apprécier la relative fraîcheur de la mer !

Bains chauds de Dolé :

Autrefois, Gourbeyre était réputée pour ses bains d'eau thermale. Il ne reste plus rien de ces bains, excepté à Dolé. Derniers vestiges des anciens thermes qui ont fonctionné jusqu'en 1960. Un bain public d'eau naturelle chaude est accessible sur la route (D7).

Douches sulfureuses de Sofaïa :

Douches aménagées à partir une source naturelle qui jaillit des profondeurs volcaniques. Ces douches sont gratuites et très prisées par les Guadeloupéens. L'odeur du soufre (oeuf pourri) est parfaitement tolérable. Route départementale 19

Dans la région de Pointe-Noire

A faire :

- La Maison du Bois: la tradition du bois dans l'île. Exposition de toutes les variétés et techniques du bois. Compter env. 1h30 pour la visite
- La maison du cacao: L'histoire du cacao racontée dans un petit journal tropical, avec dégustation en fin de visite. Compter env. 1h30 pour la visite
- La cascade Acomat: Accès sur la route d'Acomat. Courte balade (15 minutes), mais pente assez raide vers la chute de 15 mètres qui se jette dans une petite piscine naturelle profonde.