



Cocktail aventure en Ardèche !



En famille de 8 à 15 ans - 7 jours / 6 nuits - Ardèche méridionales

Ce séjour en famille dans le Sud de l'Ardèche, réalisé en étoile à partir d'un hébergement proposant de belles prestations et réservé au groupe, offre aux enfants et aux parents un panel d'activités sportives et nature. L'occasion de découvrir de façon originale et ludique les grands espaces sauvages des Monts d'Ardèche et ses petits coins de paradis.

C'est ainsi que vous serez logés dans un gîte possédant piscine chauffée, jacuzzi, espace billard et baby foot. Vous pourrez aussi vivre l'expérience de dormir dans une tente bulle où vous pourrez observer le ciel étoilé durant la nuit.

Cerise sur le gâteau, les gorges de l'Ardèche passe dans la propriété et offre des spots de baignades uniques où seul notre groupe peut accéder.

Ainsi, nous explorerons lors d'un canyoning les gorges sauvages de l'Ardèche, une rivière aux eaux claires et limpides où vivent les castors et la loutre, nous nous familiariserons avec la pratique du VTT sur un terrain vallonné... Aussi cette semaine se déroulera dans une ambiance de découverte de l'autonomie en forêts grâce aux ateliers nature des « castors juniors »: s'orienter en pleine nature, fabriquer un arcs, chercher de l'eau ou bien encore, improviser un feu de camp. Petits et grands partageront un quotidien chargé d'émotions, de rencontres, de détente et de rires, au sein d'une équipe d'encadrement rodée et passionnée.

Ce séjour famille permet à tous une approche intimiste de ce petit bout du monde reculé de la montagne ardéchoise, à deux pas seulement de la vallée du Rhône. Ce séjour est ouvert aux enfants dès 8 ans. Attention : il est indispensable que les participants à ce séjour sachent nager !

Points forts du séjour

- *Un cocktail d'activités: randonnées, canyoning et VTT*
- *La découverte d'un séjour façon « castors juniors »*
- *Les baignades quotidiennes dans les rivières*
- *Un séjour immergé dans le Parc Naturel Régional des Monts d'Ardèche*
- *Un hébergement de qualité avec piscine et jacuzzi*
- *Une cuisine familiale de terroir*

L'état d'esprit MDC

Vous vous préparez à nous suivre sur un de nos voyages d'aventure. Derrière cette fiche technique se cache un travail d'équipe et une véritable culture du voyage que nous tenons à partager avec vous. Nos objectifs sont de tenter de vous faire découvrir des régions en y apportant nos touches personnelles, celles de découvrir des territoires sauvages, des hébergements locaux et petits hameaux qui se fondent dans les massifs. Il s'agit aussi de développer sur ces territoires l'emploi que ce soit directement pour le biais de l'embauche ou par le choix de prestataires locaux qui sont, à nos yeux, les référents de leur territoire. Mais aussi vous faire découvrir la faune et la flore. Les rencontres humaines sont, sans aucun doute, pour nous, le point primordial de nos voyages. Elles sont la clef de voûte de la transmission du savoir et de l'épanouissement personnel afin que vous repartiez de nos séjours la tête remplie d'étoiles.

Vous venez donc, avec nous, pour découvrir ces valeurs, vous ouvrir à ce partage et vous immerger dans ces territoires qui n'attendent de vous que la curiosité et le respect.

.... Bienvenue chez les Marcheurs Du Caroux

Le programme:

Rendez-vous du 1er jour, le dimanche :

A 15h au gîte du Sédassier 07330 ASTET

Fin du séjour:

Vers **11h le dernier jour (samedi)** après le petit déjeuner.

• JOUR 1: INSTALLATION ET PREMIERES BAINNADES !!!

Prise de contact avec votre accompagnateur pour la semaine. Installation et premiers plongeurs dans la piscine. Montage de tipis où les enfants pourront venir se réfugier quand les parents seront trop bruyants durant le séjour !

Soirée conviviale autour d'un repas Ardéchois.

• JOUR 2: EN MARCHE SUR LES CRETES

Après un petit déjeuner pris dans le jardin, nous partons par un sentier derrière le domaine afin de rejoindre Langlade. Nous prenons ensuite un sentier monotrace jusqu'à l'intersection avant de descendre sur le Pradas. Ascension vers le rocher du Cheydard pour récupérer ensuite le sentier qui retourne à Astet par la suc de Fiagouse. Passage à Astet puis retour au Sédassier. De retour en fin d'après midi, nous débutons nos la confection de « nos armes de chasse »: les arcs. Test en mode chasse sur... des cibles papiers !

3h de marche. 5,6kms D+ 410m / D- 410m

• JOUR 3: DECOUVERTE DU CANYONING *

Nous rejoignons Yohanna et son équipe, pour une initiation au joie du canyoning. Il nous présente cette activité avant de sauter le pas et s'équiper pour descendre les sources de l'Ardèche depuis notre hébergement. Nous progressons au fil du canyon en enchainant toboggans, sauts et petits rappels. Des sensations uniques à partager en famille ! En fin de matinée nous profiterons d'un pique nique bien mérité au bord de l'eau. Nous partons en début d'après midi pour une petite session randonnée. Nous empruntons le PR qui nous mène jusqu'au château de Montlaur et par la source Minérale des eaux de Peyralade. Nous descendons ensuite jusqu'au hameau de La Roche. Transfert à l'hébergement (10min).

2H30 d'initiation au canyoning (1,3km / D -100m) + 2h30 de randonnée 5,8kms D+ 350m / D- 350m

• JOUR 4 : UNE MATINEE EN HAUT DES CIMES

Après un transfert de 25min, nous arrivons au parc accrobranche. Ici pas de limite à l'imagination et aux sensations. Vous partagerez avec vos enfants de bons moments dans les arbres.

Vers 12h30 nous repartirons en direction du gîte pour prendre notre pique nique à l'extérieur.

Après midi libre pour profiter des lieux, véritable invitation à la Farniente.

2H30 d'activité

• **JOUR 5: CA ROULE MA POULE !!! ****

Transfert de 10min au col de la Chavade. Rencontre avec notre Brevet D'état. Prise en main des VTT et équipement. Nous partons par le GR4 en direction de la station de ski de fond. Après cette longue montée nous passons au champs d'éolienne par une piste pour rejoindre la forêt de Bauzon. Descente ludique sur la piste, passage à l'Espezonette pour rejoindre le col de la Chavade. **3h de VTT effectif. 15,2kms. D+ 410m / D- 410m.**

• **JOUR 6: RANDONNEE PEDESTRE**

Transfert de 30 min au col de Bez pour une superbe randonnée au niveau de la limite de partage des eaux. Descente au hameau des Chambons par le GR. Passage à l'ancienne Abbaye pour remonter en direction de la ligne du partage des eaux par la piste du bois de Tinel. Au sommet de la Sagne nous partons en direction du Phare bleu de Gloria Friedmann. Passage le long des genêts avec un paysage portant jusqu'au sud de l'Ardèche. Retour au col de Bez. A 15h, nous descendrons ensuite à Mamejean pour la visite du Moulin et de la maison des énergies renouvelables. **4h30 de marche. 10kms. D+ 380m / D- 380m.**

• **JOUR 7: LE TEMPS D'UNE MATINEE**

Après un dernier petit déjeuner pris tous ensemble (avec lenteur, on n'est pas pressé!!!) et un petit plouf sera venu le temps de boucler ses valises et de retrouver la civilisation. **Fin du séjour vers 11h.**

*** les enfants de - de 8 ans ou ne sachant pas nager ne peuvent pas réaliser les randonnées aquatiques**

**** Le VTT est un moyen de locomotion extraordinaire lorsqu'on le pratique dans de bonnes conditions. Il est donc nécessaire de bien prendre connaissance des kms et dénivelés indiqués. Ce parcours n'est notamment pas ouvert aux débutants sans entraînement. Deux moniteurs encadrent cette activité et fournissent les vélos et les casques. OPTION LOCATION VTT à assistance électrique possible.**

LE TEMPS - LES DENIVELES

Données importantes avant votre inscription							
	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Temps de randonnée	-	3h	2h30	-	-	4h30	-
km en randonnée	-	5,6kms	5,8kms	-	-	10kms	-
Dénivelé positif	-	410m	350m	-	-	380m	-
Dénivelé négatif	-	410m	350m	-	-	380m	-
autre activité	-	-	canyoning	Accro- branche	VTT	Visite du moulin	-
Temps autre activité	-	-	2h30	2h30	3h	45min	-
Km autre activité	-	-	1,3km	-	15,2kms	-	-
Dénivelé positif	-	-	-	-	410m	-	-
Dénivelé négatif	-	-	100m	-	410m	-	-

Temps de marche: estimation des randonnées durant le séjour sur une base de 2,5km/h en moyenne

Temps d'activités: temps extra au temps de marche en fonction des activités du jours (VTT et canyoning)

Temps de pause: entre 2h et 3h par jour selon les baignades et le temps de sieste...

A LIRE IMPERATIVEMENT:

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 tels que les conditions climatiques peuvent en modifier le déroulement. Des décisions de modification du séjour (modification de tracé ou transfert entre les hébergements) peuvent être prises au fil des jours par l'organisateur (direction et/ou accompagnateur), responsable de ce voyage.

Nous attirons votre attention sur le fait que ce séjour se déroule en zone de montagne. Il est donc nécessaire que chacun des participants en ai conscience tant au niveau du respect de l'environnement et des habitants mais surtout concernant le niveau d'engagement que cela nécessite. Il est donc indispensable de se préparer à ce type de séjour et d'informer « Les marcheurs Du Caroux » de toutes problématiques liées à la santé des participants. En dehors de l'activité canyoning, les enfants sont sous la responsabilité des parents lors des baignades quotidiennes. L'accompagnateur n'a aucune compétence de surveillant de baignades.

Quelques définitions:

Randonnée aquatique C'est le nom que l'on donne à l'activité de descente de canyons faciles, qui ne nécessitent habituellement pas (ou très peu) de manœuvres de cordes et de rappels. Cela consiste surtout à marcher dans l'eau, à nager et à sauter dans des vasques ou des rues d'eau. Cette activité est encadrée par deux moniteurs connaissant parfaitement les lieux qui fournissent tout le matériel nécessaire à sa pratique (combinaisons néoprènes, casques, sacs étanches...). Très ludique, la pratique de la randonnée aquatique laisse aux enfants comme aux parents des souvenirs impérissables.

VTT: Le **vélo tout-terrain** ou **vélo de montagne** est un vélo destiné à une utilisation sur terrain accidenté, hors des routes goudronnées. Il est composé d'une suspension avant pour sortir les chocs occasionnés par le terrain et d'un système de vitesse permettant de faciliter les ascensions.

Randonnée pédestre: La randonnée pédestre est une activité de plein air qui s'effectue à pied en suivant un itinéraire, balisé ou non, seul ou en groupe. C'est à la fois un loisir de découverte et une forme d'épanouissement de soi, tout en étant un sport facilement accessible et praticable.

Les dates 2021:

- du 25 au 31 juillet
- du 01 au 07 Août
- du 08 au 14 Août

Les tarifs 2021:

- 835€ par adulte
- 785€ par enfant de 8 à 15 ans

Le prix comprend:

- L'hébergement en pension complète du diner du jour 1 au petit déjeuner du dernier jour
- Les boissons
- Les activités
- L'encadrement
- Le transport des bagages

Le prix ne comprend pas:

- Le trajet de votre domicile au lieu de rendez-vous et retour
- Les dépenses personnelles
- Les assurances: annulation voyage (4% du montant du séjour). responsabilité civile obligatoire

Les hébergements et les repas:

Les hébergements:

L'hébergement choisi sur ce séjour est tout simplement unique et offrant de belles prestations. Il s'agit d'une ancienne magnanerie rénovée en 2018 sur 2 années. Il possède 5 chambres organisées par famille, 2 salles de bains, 2 wc, 1 salon, 1 cuisine. Il possède un immense espace ludique en intérieur avec billard et babyfoot.

L'extérieur est tout simplement paradisiaque: piscine chauffée, jacuzzi, trampoline, terrain de pétanque, pelouse avec transat pour « farnienté ». 1 tente bulle est là pour vous inviter à une nuit sous les étoiles. Cerise sur le gâteau, les gorges de l'Ardèche passent sur le domaine et nous offre le luxe d'avoir des vasques eaux aux limpides privatisées !

Les repas:

Petits déjeuners et dîners pris dans les hébergements. Nous travaillons au maximum avec les producteurs locaux. Les repas sont préparés par votre accompagnateurs sur place. Les midis, piques niques à base de salades, charcuterie locale vous sont proposés.

Le niveau



Niveau modéré : les dénivelés positifs sont compris entre 200 à 500m par jour. Seul le jour 5 présente un dénivelé supérieur sur la journée. Le terrain peut présenter des passages technique au niveau du sol. Prévoir donc des chaussures de randonnée à tige haute pour le maintien des chevilles. Des baignades sont prévus lors des poses repas afin que les enfants et parents puissent partager des moments uniques. Le portage consiste uniquement au transport des affaires de la journée (vêtements et pique-nique du groupe à partager).

Nous avons décidé d'attribuer le niveau modéré à ce séjour car ce sont les enchainement des activités qui peuvent présenter une difficulté. De plus la journée VTT demande un certains entrainement à cette discipline.

L'intégralité des activités sont adaptées aux enfant à partir de 8 ans. Les enfants ne sachant pas nager ne peuvent pas réaliser le canyoning pour des raisons de sécurité individuelle mais aussi de groupe. Les intervenants sont des professionnels diplômés d'Etat chacun dans leur spécialité.

Le groupe

de 8 à 12 participants.

Votre contact local

Avant le jour J contacter Aurelien au 06.19.38.02.05

Nous vous communiquerons ultérieurement le contact de votre guide et son numéro de téléphone

L'encadrement

Ce séjour encadré par un accompagnateur de moyenne montagne diplômé d'Etat. Les activités autres que la randonnée sont prises en charge par des Brevets d'Etat spécialisé de l'activité.

SI VOUS SOUHAITEZ ARRIVER LA VEILLE OU PROLONGER VOTRE SEJOUR

OFFICES DE TOURISME :

OT du pays Beaume/Drobie à Joyeuse : tél 04 75 39 56 76 pour le secteur du Gua

OT de Montélimar si vous arrivez en train avant le jour du départ : tél 04 75 01 00 20

Nous pouvons vous indiquer quelques hébergements. Nous vous conseillons de réserver préalablement.

- **Auberge de Montpezat**: 10, Route de la Croisette, 07560 Montpezat-Ss-Bauzon +33 4 27 52 06 80
www.aubergedemontpezat.com

- **Logis Les Marronniers** 18 Place du Champ de Mars, 07330 Thueyts: +33 4 75 36 40 16
www.hotel-les-marronniers.com

- **Le Castagnou** 07380 Chirols: +33 4 75 37 45 59 www.lecastagnou.fr

L'accès:

Nos séjours sont spécialement conçus de gare à gare ; une incitation à utiliser le moyen de transport le moins polluant. Pour vos pré-acheminements en véhicule personnel, pensez au co-voiturage. Nous avons mis à votre disposition sur notre site internet un lien direct sur le site www.covoiturage.fr sur lequel vous pourrez rechercher une annonce ou déposer la vôtre.

Si vous venez en train:

Si vous souhaitez voyager en train vous pouvez consulter les contacts suivants :

SNCF - Tél : 3635 ou sur Internet www.oui.sncf

Nous organisons une navette spéciale entre la gare routière d'Aubenas et le hameau de Astet, point de rendez vous du séjour. Un de nos accompagnateurs se trouvera devant la gare vers 14h pour vous y accueillir. Le retour le samedi suivant est organisé afin que vous soyez en gare routière à 11h30. Comptez 30min de trajet.

Signalez nous votre venue en train au moins 7 jours avant le départ pour réserver une place sur la navette. Une participation aux frais de transports de 20€ par personne couvrant l'aller et retour vous sera demandée si vous choisissez d'utiliser notre service de navette. Les horaires de la navette tiennent compte de ceux des grandes lignes SNCF à l'aller comme au retour. Pour accéder à la gare routière d'Aubenas, vous avez le choix entre des TGV passant par Valence ou Montélimar.

Si vous venez en voiture:

Afin de prévoir votre trajet, nous vous conseillons de vous renseigner sur votre itinéraire auprès des différents sites :

www.viamichelin.fr

www.mappy.fr

Le rendez vous est fixé au gîte le Sédassier 07730 ASTET. Parking pour la semaine dans le terrain privé du domaine.

RENSEIGNEMENTS POUR VOTRE ITINERAIRE :

* depuis PARIS:

Suivre A10, A71 et A75 en direction de N102 à Lempdes-sur-Allagnon. Prendre la sortie 20 et quitter A75. Continuer sur N102 en direction de Le Puy en Velay/Brioude puis la D906 en direction de Aubenas/Mende/Montelimar/Bains, N88 et suivre ensuite la N102 en direction de Aubenas puis la D439 en direction de Aстет.

* depuis LYON:

Suivre A7 et A47 en direction de N88 à Cussac-sur-Loire puis en direction de Le Puy en Velay/Blavozy/Brives Charensac. Suivre ensuite la N102 en direction de Aubenas puis la D439 en direction de Aстет.

* depuis MARSEILLE:

Suivre A7 en direction de N7 à Malataverne. Prendre la sortie 18 Le Puy En Velay et quitter A7. prendre D107 et N102 en direction de Aubenas puis le Puy en Velay. Prendre la D439 en direction de Aстет.

* depuis MONTPELLIER:

Suivre A9 puis A7 en direction de N7 à Malataverne. Prendre la sortie 18 Le Puy En Velay et quitter A7. prendre D107 et N102 en direction de Aubenas puis le Puy en Velay. Prendre la D439 en direction de Aстет.

L'environnement:

Ce séjour se déroule dans des secteurs assez reculés de la montagne Ardéchoise. Cet isolement, s'il rend notre région plus attirante, réduit sensiblement la densité de services. Médecins, pharmacie et commerces sont souvent assez éloignés des villages visités. Les portables passent assez peu. En cas d'urgence familiale, vous pourrez toujours être contactés par l'intermédiaire de notre intendant. Par ailleurs, les animaux de compagnie ne sont pas admis par les gîtes, mal tolérés par la faune sauvage et surtout par les agriculteurs et les bergers qui nous offrent aimablement la possibilité de traverser leurs pâturages.

Se préparer au départ

EQUIPEMENTS CONSEILLES

Pour la randonnée

- pantalon de toile - shorts - T-shirts
- 6 à 7 paires de chaussettes de randonnée
- 1 impermeable type Kway
- 1 chapeau de soleil ou une casquette
- 1 maillot de bain
- 1 paire de chaussures de randonnée (avec membrane imperméable et respirante 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...
- pour les enfants, DECATHLON font une paire de chaussures parfaite pour ce type de séjour à 25€: la crossrock kid.
- 1 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)
- mouchoirs en papier.
- 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, Antisapsmodique, 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 le canyoning et VTT:

- 1 paire de basket type tennis avec laçage et chaussettes. **Pas de chaussure aquatique à tige souple et semelle fine type planche à voile et autres activités de mer.**

Pour l'étape:

- tenues de rechange et chaussures confortables
- affaires de toilette minimum. Serviette de toilettes comprises sur l'hébergement.

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

En + pour vos enfants:

Utiliser une crème d'indice de protection solaire élevé (coeff. 50 au minimum) et comprenant une filtration des UVA à appliquer sur toutes les zones exposées en couches épaisses toutes les deux heures, même en cas de couverture nuageuse, et après chaque bain. Pour leur santé nous vous conseillons des crèmes solaires minérales.

Les lunettes de soleil bien enveloppantes avec un indice de catégorie CE 3 ou 4 sont indispensables. Elles préviennent les lésions solaires de la rétine et de la cornée, en bloquant 99% des UV. N'hésitez pas à en prévoir une paire supplémentaire de rechange en cas de perte !

Enfin, prévoyez une gourde car il est important de donner régulièrement à boire et tout aussi important pour les parents de donner eux-mêmes l'exemple ! Un petit sac à dos ajusté à la taille de votre enfant lui offrira une certaine autonomie.

Les bagages pour les parents:

- 1 sac à dos de 30/35 litres muni d'une ceinture ventrale pour transporter les affaires durant la journée.

- 1 sac de voyage ou valise pour contenir les affaires.

Les bagages pour les enfants:

- afin d'apprendre aux enfants la nécessité d'être équipé en montagne nous vous demandons de prévoir un sac à dos dans lequel ils transporteront leurs affaires pour faire comme papa et maman.

Pour les pique-niques:

- 1 gourde de 2L et/ou une bouteille thermos ou camel bag. Boire est indispensable en randonnée.

- 1 couteau pliant type couteau suisse + couverts + gobelet.

- 1 boîte type « tupperware » avec couvercle pour les pique-niques.

Les assurances:

Vous devez être titulaire d'une responsabilité civile personnelle.

En cas de problème particulier de santé, permanent ou occasionnel, vous devez impérativement nous en tenir informé afin que nous puissions nous organiser pour votre sécurité et celle du groupe.

Nous pouvons, lors de votre arrivée, vous demander un certificat médical datant de moins de 1 an certifiant que vous êtes apte à la pratique de la randonnée pédestre.

Assurance ANNULATION VOYAGE disponible sur notre site à l'inscription au séjour.

Nous sommes titulaire d'une RESPONSABILITE CIVILE PROFESSIONNELLE et de la GARANTIE VOYAGES auprès de GROUPAMA. Si vous le souhaitez, nous pouvons vous transmettre ces documents par demande par mail.

Bibliographie et cartographie:

carte IGN TOP 25 référence 2837OT

Le Petit Futé Ardèche

Guide Hachette Ardèche « Fin de chasse », roman de Jean Paul Demure, Editions Rivages, 1998