*Au départ d'un hôtel** confortable, ce séjour est le l'alliance parfaite pour s'initier aux sports de montagne. La pratique du VTT, de l'escalade, du canyoning encadré par des professionnels vous le permettront, tout en allant randonnée à la découverte de lieux chargés d'histoire et de traditions. Partez une semaine en famille pour développer la relation parents-enfants, à travers l'entraide, la convivialité et le partage !*

PROGRAMME

Jour 1 : Accueil et présentation de votre séjour
Accueil autour de 19h à votre hôtel. Premières informations sur vos activités par un de vos guides.

Hébergement : en hôtel**

Jour 2 : Visite de Valberg et présentation des activités puis randonnée aquatique et baignade
Le matin, visite libre de la station de Valberg puis passage au kiosque des guides pour vous présenter le déroulé des activités d'une semaine bien chargée !

L'après-midi, après un déplacement de 30 minutes en direction des gorges du Daluis, nous aurons le plaisir de faire une randonnée aquatique ludique.

Randonnée aquatique :
Dénivelé marche aller - : 80 m
Heures de marche et floating : 3h00
Dénivelé marche retour + : 100 m
Hébergement : en hôtel**

Jour 3 : Canyoning et après-midi libre
Aujourd'hui, nous partirons faire du canyoning, au choix entre celui de Chaudan ou celui de Cramassouri ou Saint-Jean (environ 1 heure de déplacement).
L'après-midi sera libre, vous pourrez randonner au col de la Cayolle ou à Entrevaux.

Canyon de Chaudan (à partir de 12 ans) :
Temps de marche d'approche : 40 minutes
Durée du canyonning : 2h30

Canyon de Cramassouri (à partir de 8 ans) :
Temps de marche d'approche : 15 minutes
Durée du canyonning : 2h30 à 3h
Hébergement : en hôtel**

Jour 4 : Via ferrata le matin et escalade l'après-midi
Après un court déplacement de 20 minutes sur le site de Roubion, nous passerons une journée rythmé par une approche ludique du milieu vertical et des activités de cordes avec casque et baudrier.

Durée de la Via Ferrata (à partir de 1m40) : 2h30
Durée de l'escalade : 2h30

Hébergement : en hôtel**

Jour 5 : VTT à assistance électrique & après-midi libre
Après un déplacement de 5 minutes, cette demi-journée sera dédiée à la découverte du VTT sur la station de Valberg le matin. L'après-midi, vous pourrez profiter de vos derniers moments de vacances en famille.

VTT électrique (à partir de 1m30) :
Durée activité VTT : environ 3h00

Hébergement : en hôtel**

Jour 6 : Petit-déjeuner et dispersion
Petit-déjeuner et dispersion.
Le déplacement sera à faire avec votre propre véhicule.
Nous nous réservons le droit de modifier le programme quelles qu'en soient les raisons (conditions météorologiques, état du manteau neigeux, niveau technique des participants, coups de cœur de l'accompagnateur...). Ceci dans le souci d'un meilleur déroulement de votre séjour.

L'ensemble de ces activités restent modulables etadaptables, pour des raisons de sécurité diverses. Celles-ci seront redéfinies avec les participants, le soir de leur arrivée.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL
Accueil le jour 1 à la maison des guides de Valberg pour vous présenter le déroulement de vos activités de la semaine avant 18h, ensuite vous pourrez vous installer à l'hôtel, les chambres sont disponible dès 16h.

DISPERSION
Dispersion le jour 6 après le petit-déjeuner.

NIVEAU
Découverte des activités. Balades à la journée sans difficultés techniques. Bonne condition physique nécessaire.

HEBERGEMENT
L'hôtel familial deux étoiles est situé au centre de la station de Valberg. L'hôtel dispose d'un salon avec cheminée pour se détendre, un salon de thé, une salle de jeux pour les enfants et d'une terrasse ensoleillée.
Les chambres sont toutes équipées de salle de bains et toilettes avec télévision et téléphone direct.
Parking extérieur gratuit et wifi gratuit.

TRANSFERTS INTERNES
Les transferts sont à faire avec votre propre véhicule.

PORTAGE DES BAGAGES

GROUPE
De 2 à 15 participants.
Accessible aux enfants à partir de 10 ans.

ENCADREMENT
Par des guides.

MATERIEL FOURNI
Tout le matériel spécifique nécessaire à la pratique des activités.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR
Vous devez conditionner l'ensemble de vos affairesen 2 sacs : 1 sac à dos et 1 grand sac de voyage .
1 - Le sac à dos :

Sac à dos de randonnée d'une capacité de 25 litres environ, il vous sera utile pour le transport de vos affaires personnelles durant la journée.
Il vous servira aussi en tant que bagage à main lors de vos déplacements pour toutes vos affaires fragiles (appareil photo…), de valeur (lorsque votre hébergement ne dispose pas de coffre-fort) et pour vos éventuels médicaments.
2 - Le grand sac de voyage :
Il doit contenir le reste de vos affaires. Vous le trouverez chaque soir au gîte.

Vêtements
• 1 cape de pluie
• 1 chapeau de soleil ou casquette
• 1 foulard
• 1 bonnet et/ou bandeau
- Vieille baskets pour aller dans l'eau,
- maillot de bain,
• T-shirts (1 pour 2 ou 3 jours de marche). Eviter le coton, très long à sécher ; préférer t-shirts manches courtes (matière
respirante) en Capilène (Patagonia), Dryflo (Lowe Alpine), Light Effect (Odlo) etc…
• 1 sous-pull (remarques idem ci-dessus) ou chemise manches longues
• 1 veste en fourrure polaire
• 1 short ou bermuda
• 1 pantalon de trekking
• 1 pantalon confortable pour le soir
• 1 veste type Gore-tex, simple et légère
• 1 cape de pluie (facultatif)
• 1 sur-pantalon imperméable (facultatif)
• 1 maillot de bain
• Des sous-vêtements
• Chaussettes de marche (1 paire pour 2 à 3 jours de marche). Eviter les chaussettes type "tennis" (coton), très longues à sécher et
risque élevé d'ampoules ; préférer celles à base de Coolmax par exemple.
• 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville (semelle type Vibram)
• 1 paire de sandales ou de chaussures détente pour le soir.

Equipement :
• 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité
• 1 cape de pluie obligatoire
• 1 paire de bâtons télescopiques (facultatif) : facilite les montées et les descentes et très utile pour évoluer sur des terrains
accidentés ou glissants.
• 1 gourde (1 litre et demi minimum)
• 1 boussole (facultatif)
• 1 lampe frontale
• 1 couverture de survie (facultatif)
• 1 couteau de poche
• 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre son argent
• Nécessaire de toilette : prenez des produits biodégradables de préférence (il existe du savon liquide biodégradable de marque CAO).
• Crème solaire + stick à lèvres.
• Enveloppez vos affaires dans des sacs poubelle hermétiques.

LE PRIX COMPREND

- la demi-pension en chambres familiale pour 5 nuits,
- 4 pique-niques,
- l'encadrement par des guides pour toutes les activités,
- les taxes de séjour,
- le matériel spécifique nécessaire à la pratique des activités,

LE PRIX NE COMPREND PAS

- le déplacement sur place entre chaque site à faire avec votre propre véhicule,
- le transport aller-retour jusqu'au lieu de rendez-vous
- les boissons,
- les assurances.