



Cocktail d'activités en Ardèche

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 sources de l'Ardèche qui naissent 4kms en amont, passent dans la propriété et offrent des spots de baignades uniques où seul notre groupe peut accéder.

Ainsi, nous explorerons lors d'un canyoning les sources 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 à assistance électrique sur un terrain vallonné... Aussi cette semaine se déroulera dans une ambiance de découverte de la nature et des forêts ardéchoises. 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 !

PROGRAMME

JOUR 1 : Installation et premières baignades !

Prise de contact avec votre accompagnateur pour la semaine. Installation et premiers plongeurs dans la piscine et la rivière.

JOUR 2 : En marche sur les crêtes.

Depuis Conges Nous empruntons le PR qui nous mène jusqu'au château de Montlaur en passant par le vieux Mayre. Une vue imprenable s'offre à nous sur la vallée des sources de L'ardèche. Après une descente sur le village de La Roche nous profiterons des eaux cristallines des sources de l'Ardèche pour une après-midi baignade.

3h de marche. 7,4kms D+ 410m / D- 410m

JOUR 3 : Découverte du canyoning

Durant cette matinée, nous partirons dans les bois afin que Damien vous transmette des « trucs et astuces » pour vivre en pleine nature: savoir s'orienter sans boussole, construire un petit abri.... Un vrai moment de partage entre vous et vos enfants au milieu de la nature.

En début d'après-midi, 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 enchaînant toboggans, sauts et petits rappels. Des sensations uniques à partager en famille !.

Activités nature 2H30 le matin. Après-midi 2H30 d'initiation au canyoning (1,3km / D - 100m)

JOUR 4 : Une matinée 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 déjeuner à l'extérieur.

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

2H30 d'activité

JOUR 5 : VTT

Transfert de 10min au col de la Chavade. Rencontre avec notre Brevet D'état. Prise en main des VTT à assistance électrique 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. 17,6kms. D+ 410m / D- 410m.

JOUR 6 : Randonnée

Après un transfert de 15min sur Thuyets nous partons par un PR vers la « Chaussée des Géants ». Monde volcanique surréaliste nous randonnons jusqu'à Fargabelle pour avoir un point de vue sur les sources de L'Ardèche et le pont du diable. Nous passons le col de Fontide pour descendre vers le Pont de Chaudons afin de trouver une vasque où piquer et passer l'après midi au bord de ces eaux cristallines.

4h30 de marche. 9kms. D+ 705m / D- 705m.

JOUR 7 : Petit-déjeuner - Baignade

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. Même si nous mettons à votre disposition des VTT à assistance électrique.**

ATTENTION: pour les enfants de moins de 130cm nous n'avons pas de VTT à assistance électrique.

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. 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.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Rendez-vous le 1er jour, le dimanche à partir de 15h au gîte du Sédassier 07330 ASTET

L'ACCES:

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:

Gare de séjour: gare routière d'Aubenas. Commander un taxi pour le trajet final jusqu'à Astet. Les taxis Mialon à Aubenas 04 75 93 79 56. **Pensez à réserver la course dès votre inscription.**

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 ou www.mappy.fr

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

- 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 Astet.
- 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 Astet.
- 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 Astet.
- 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 Astet

DISPERSION

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

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.

Nous avons décidé d'attribuer le niveau modéré à ce séjour car l'enchaînement des activités peut présenter une difficulté.

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.

HEBERGEMENT

L'hébergement choisi sur ce séjour est tout simplement unique et offre 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 paradisiaque: piscine chauffée, jacuzzi, trampoline, terrain de pétanque, pelouse avec transat pour « farniente ». 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 l'hébergement. Nous travaillons au maximum avec les producteurs locaux. Les repas sont préparés par votre accompagnateur sur place. Les midis, pique-niques à base de salades, charcuterie locale vous sont proposés.

Régime végétarien possible.

Pour des raisons de qualité de préparation, nous ne sommes pas en mesure de cuisiner pour les personnes souhaitant un régime sans lactose ou sans gluten.

TRANSFERTS INTERNES

Les transferts durant le séjour se font avec vos voitures personnelles en co-voiturage.

PORTAGE DES BAGAGES

Pas de portage de bagages. Portage uniquement des affaires de la journée (vêtements nécessaires à la journée et partage du pique-nique) Prévoir un sac à dos avec ceinture ventrale de 35L environ pour les parents et un sac de 10 à 15L pour les enfants.

GROUPE

de 8 à 12 personnes.

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. EN cas de problème de dernières minutes, contactez Damien au 06.84.79.75.12

MATERIEL FOURNI

L'ensemble du matériel pour les activités d'accrobranches, canyoning et VTT est fourni.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

POUR LA RANDONNEE:

- 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'ETAPE

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

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

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

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 35L environ 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.

LE PRIX COMPREND

- l'hébergement en pension complète du diner du jour 1 au petit déjeuner du dernier jour
- les boissons
- les activités (dont VTT à assistance électrique pour tous les participants de plus de 130cm
- l'encadrement

LE PRIX NE COMPREND PAS

- le trajet de votre domicile au lieu de rendez-vous et retour
- les transferts durant le séjour réalisés en covoiturage
- les dépenses personnelles
- les assurances: annulation voyage (4% du montant du séjour). responsabilité civile obligatoire

