

Rando FORÊT, l'expérience bien-être par les arbres

(N° Séjour : AEMV220002-01/02/03)

Printemps-été 2022 - Massif des Vosges (France)

#Votre séjour:

Au cours de ce week-end sylvothérapie labélisé «FORÊT», je vous emmène découvrir l'ambiance de forêts peu fréquentées, loin des sentiers battus et au cœur de sites préservés choisis pour la richesse de leur biodiversité.

Initiation à la sylvothérapie, à travers des séances de mise en éveil des sens et d'étreinte avec les arbres.

Si vous recherchez une activité «nature» innovante, de bien-être, de repos et de sérénité, ce séjour FORÊT sera sans nul doute un séjour inoubliable !

#Programme: Lieu et parcours gardés secret...

Jour 1 - Randonnée sylvothérapie samedi après-midi

Distance: 7 km • Temps: 4h • Dénivelé +300m / -400m

Jour 2 - Randonnée sylvothérapie dimanche

Distance: 11 km • Temps: 6h30 • Dénivelé +590m / -440m

Le soir venu, vous profiterez de l'ambiance conviviale de la ferme-auberge autour d'un délicieux repas traditionnel vosgien, avant de rejoindre un dortoir authentique. Quant au repas du dimanche midi, il sera composé de produits locaux et dégustés dans un chalet en bois au cœur de la forêt vosgienne.



ERIC BRISBARE,
Accompagnateur en Montagne

ericnews@gmail.com
+33 (0)6.25.04.37.01

Niveau: ★★★★★

Tarif: 279 € (2 jours - 14 places)

Dates:

07/05/2022 - 08/05/2022

24/09/2022 - 25/09/2022

(départ garanti à partir de 6 pers.)

Parcours accessible à toute personne faisant du sport de manière occasionnelle. La difficulté technique n'est pas très importante. Avec portage léger: prévoir un petit sac à dos avec de l'eau, trousse et affaires de toilette pour la nuit, quelques barres de céréales et un vêtement chaud supplémentaire.

Hébergement:

En ferme auberge, nuit en dortoir.

Restauration:

- Repas chaud servi samedi soir, cuisine comportant des spécialités régionales
 - Petit-déjeuner traditionnel varié
 - Pique-nique dimanche midi composé de produits locaux
- En cas d'allergie ou régime particulier, avertir votre accompagnateur.

Le prix comprend:

L'encadrement par un accompagnateur en montagne / l'hébergement en ferme auberge / la nuit en dortoir / les repas du samedi soir au dimanche midi.

Le prix ne comprend pas:

Les assurances assistance rapatriement / les frais de secours et/ou annulation / les boissons, pourboires et les dépenses personnelles.



AEM VOYAGES - Maison des Parcs et de la Montagne 256 rue de la République 73000 CHAMBERY - 04.79.70.20.42 - aemvoyages@lesaem.fr
RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 garantie financière Groupama contrat 4000716094/0 IIMO 73180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Ce programme peut être modifié à tout moment par le professionnel encadrant en fonction des conditions climatiques, des aptitudes physiques et techniques des participants et de la disponibilité des hébergements. En dernier ressort, il reste seul juge du programme.

- Carte d'identité en cours de validité.

- RC : Chaque participant doit être couvert en Responsabilité civile (dans le cadre d'une activité randonnée à titre de loisirs)

- L'assurance rapatriement est obligatoire. Une assurance annulation est fortement conseillée. Si vous n'en possédez pas, AEM VOYAGES vous propose un contrat Europe Assistance comprenant l'assistance/rapatriement, l'assurance annulation et interruption du séjour et bagages et effets personnels.

