# COMARCHE NORDIQUE & PENICHETTE, UN PARFUM D'AVENTURE ORIGINALE, EN VAL DE LOIRE>>

6 jrs de Randonnées et Découvertes ... d'eau ... et d'autres...



## AMBIANCE:

un canal, une pénichette, des chemins idéaux pour le « nordique »..., nous voilà donc à Briare-le-canal, qui n'en possède pas moins de trois !:-)... A bord de notre pénichette, mais aussi avec nos pieds...
Par les chemins de halages et les sentiers, nous découvrirons tes canaux, tes sept écluses d'Henri iV, tes « rigoles », mais aussi tes vignobles réputés du Sancerre , tes châteaux, et autres surprises à venir ...

Vivez l'expérience d'une déambulation tranquille sur... et près de l'eau, déguster chaque instant... Itinéraires, pour la plupart nos parcours auront de 2h30 à 4h (1 parcours), et un dénivelé de qqs dizaines de mètres, sauf (peut-être) pour notre parcours dans les vignes de Sancerre qui frôlera les + 250m... Mais il y aura aussi ces moments ou tandis que certains restent à bord, vous maintiendrez votre « allure nordique » à celle de notre pénichette en route... :-) Ce sera la découverte de paysages propres aux canaux (rigoles, pont-canal, port fluviaux, écluses,...), et d'autres échappées entre bois et vignes de domaines réputés (Sancerre)... L'histoire de la vie qui entoure ces canaux nous accompagnera ainsi que la dégustation de crottins de Chavignol arrosés de Sancerre naturellement ...

# "les plus de la destination"

Originalité d'un séjour ou les déplacements «doux» se feront en péniche ou à pied... Offrant l'intérêt d'alterner, au long de la journée, les instant contemplatifs du bord, aux sessions Marche Nordique à terre et autres instants que je vous proposerais aussi « instant yoga », « instant respiration » ...

Plaisir d'une navigation sans le « mal de mer »!:-)...

Découverte du Pont-Canal de Briare, les 7 écluses de Rogny, la cité médiévale de Sancerre... Possiblement, il y aura même une session « Nordique nocturne »... Pas de portage, sac minimum.

Niveau/Nb participant: petits à bons marcheurs, 2h30 à 4h d'activité/ jour selon vos choix (9/~15km). 4 à 8 participants.

Accueil/Dispersion: gare de Briare (45). Arrivée possible veille et départ possible lendemain du bord.

Héberg./nourriture: à bord pénichette en cabine partagée en demi-pension(\*) et pique-niques, repas confectionné collectivement). Un dîner libre dans la semaine.

Dates du <u>lundi 23 au vendredi 27 mai 2022</u>

#### **Tarif**

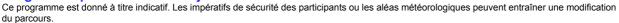
II .		
Nb de participants	Par/pers.	
à partir de 5 à 8 pers.	765€	
cabine single (2 singles possible)	180 €	
Contrat engagement + 4 mois	Frais dossier &	offerte
	Ass. Annul.	
Ass. Annulation-Interruption	4,30% du montant total	
Obligatoire ( risque Covid inclus)		

**Encadrement**: Accompagnateur en Montagne et Instructeur Marche Nordique, professionnel

comprenant : l'encadrement par un Accompagnateur en montagne, l'hébergement à bord de la pénichette (2 cabines twin et 2 doubles), les petits-déjeuners et repas (de J1 soir à J6 matin) sauf un dîner libre, les piqueniques de J1 à J6, les coûts liés au déplacement pénichette (coût de carburants, port, etc...), les taxes de séjour, le prêt des bâtons spécifiques Marche Nordique, l'assurance en RC professionnelle et sauvetagerapatriement.

ne comprenant pas: le transport jusque point accueil/dispersion, un repas « libre » , boissons autre que celle des repas, les dégustations, les visites non prévues, Assurance Annulation (voir ci-dessus) en sus: kit « drap et taies » : 8,50€, oreiller et couverture fournis. (sauf si vous souhaitez utiliser votre sac tissu et taie personnelle). Nuit à bord du lundi soir possible ( 25 €/nuit).

### Programme prévisionnel du séjour





La journée commence par une phase d'exercices de respiration et d'échauffements et se termine par des étirements et de bien être.

J-1: Arrivée veille possible veille 18h/20h (nuit +25€).

J1: Rendez vous à 8h50 (équipés!) devant la gare SNCF de BRIARE. Rdv à 9h00 à la gare fluviale pour ceux qui viennent en voiture. Après la présentation du séjour et installation à bord de votre pénichette. Ce sera ensuite, notre départ en pénichette vers Rogny les 7 écluses. Pique-nique lors d'un arrêt. Au long de notre parcours sur le canal de Briare, il sera possible d'alterner, présence à bord et marche active sur le chemin de halage, laissant ainsi tout le plaisir de l'action « Nordique » à chacun ...:-)

A l'approche des 7 écluses tout le monde découvre ce moment, si particulier et surprenant de franchissement du relief !... Nous stoppons pour la nuit à Rogny les 7 écluses.

J2 à J5 : Après cette première journée de découvertes des plaisirs d'un voyage en péniche... Temporalité différente, instant toujours surprenant des écluses, chacune ayant son charme tranquille... Là la technique rejoint la nature dans une tranquillité certaine... Le temps qui passe ...

Ce sera une suite d'alternances entre session de Marche Nordique et navigations... Découverte à pied, découverte à partir du bord, du Pont-canal sur la Loire, des paysages et habitat traversés...

Parcours Rando, en mode *nordique* des «Rigole de Saint Privé» ..., des bords de Loire, de la forteresse d'Assay... des coteaux de vignes de Sancerre, de sa vieille cité ...du quartier médiéval de Châtillon sur Loire... et de Briare, naturellement.

J6: Une dernière rando dès le matin, pour une fin de séjour vers 16h30/17h.

Parcours: parcours MN/randonnée de 3h à 5h, parcours supplémentaire (optionnel) en // à navigations (~1h/1h30) – dénivelé 20 à 270m.

## Mode d'accès point d'accueil/dispersion

Par train: de Paris, ou de Lyon ou autres.

Si vous venez en train: Gare SNCF de Briare. Liaisons quotidiennes TGV ou TER.

Aller: (ss-réserves, reconduction horaires 2020)

Départ Paris gare de Bercy : 07h11 - Intercités - Arrivée Briare: 8h47

Départ Lyon Part Dieu : arrivée Veille 15h34 – TGV+ Intercités - Arrivée Briare: 19h19

Retour: (ss-réserves, reconduction horaires 2020)

Départ Briare : 17h20 ou 19h20 - TER - Arrivée Bercy: 18h49 ou 20h49

Départ Briare : 17h20 – TER - Arrivée Lyon Part Dieu: 22h56

A noter : une possibilité d'embarquer et revenir à Lyon en minibus, la veille à 11h pour transfert

(participation covoiturage (50€ a/r et suppl.nuit 25€) - consulter Raymond.

## Contact

REVES POSSIBLES sarl 576 rue de Genetay – 69480 LUCENAY

info@revespossibles.com

tél: 06 09 85 57 60

Opérateur de Voyage IM069100087\_

SIREN 394789150

RCP Mutuelles du Mans Assurances.

Votre guide sur ce séjour

Raymond COLOMB \_ Accompagnateur en Montagne

raymond@revespossibles.com

tél: 06 09 85 57 60



