« MARCHE NORDIQUE ET RANDONNÉES ENTRE CLAIRETTE ET LAVANDE… » _ DRÔME DIOISE

6 jours

AMBIANCE:

Le Diois ??, … Une région douce, à l'est de la vallée du Rhône, au pied du Vercors sud, au Nord de la Drôme provençale… Points d'accès naturels à la Réserve des Hauts-plateaux du Vercors, les reliefs magnifiques du Diois se déclinent entre vallées marno-calcaires où s'écoulent des ruisseaux secrets, et ses hautes falaises calcaires (Vercors), comme celle du Glandasse surplombant la combe de Die… Tous ces reliefs constituent le bassin versant qui alimentent la rivière Drôme et tous ces affluents, le Bes, la Roanne,… Ici la lavande et autres plantes aromatiques sont « reines », sans oublier les coteaux de vignes, régalant de « Clairette » et de ses vins rouges, les vergers...

Itinéraires, qui nous feront traverser différents paysages et histoires, sur des pistes et sentiers, de ce Diois adoré...(*) Durée de parcours (2 à 4h) et dénivelés moyens (~ 250m) en font un séjour accessible au plus grand nombre.

" les plus de la destination "

Paysages variés et doux alternant entre hautes falaises, couleurs lavande aux printemps, décors intimistes.

La combe de Die, la montagne du Glandasse , Châtillon en diois et ses surprenants « viols »...

Douceur du climat. Pas de portage.

Hotel ***, cuisine savoureuse aux produits locaux, accès piscine, sauna, jacuzzi & massage (**)…

Niveau/Nb participant : marcheurs débutants à moyens, 2 à 5h de marche/9 à 15km, déniv. moyen 350m. 4 à 8 part.

Accueil/Dispersion : gare de Valence (Drôme, 26)
Héberg./nourriture : hôtel *** en demi-pension, pique-niques préparés par votre accompagnateur.

Dates

du lundi 16 au samedi 21 mai 2022	**755,00 €**
du lundi 6 au samedi 11 juin 2022	**765,00 €**
du lundi 19 au samedi 24 septembre 2022	**755,00 €**

Tarif

Nb de participants	Par/pers.	
à partir de 4 à 8 pers.	***Voir ci dessus***	
Supplément chambre single	**150 €**	
Si Contrat engagement + 4 mois	Ass. Annulation offerte	
Ass. Annulation-Interruption Voyage	**4,30% du montant total**	

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

comprenant : l'encadrement par un Accompagnateur en montagne, l'hébergement en ½ pension, accès piscine & sauna, (de J1 au soir à J5 au matin), les pique-niques de J1 à J6, les transferts en minibus, les taxes de séjour, le prêt des bâtons spécifiques Marche Nordique, l'assurance en RC professionnelle et sauvetage-rapatriement.
ne comprenant pas : transport jusque point accueil/dispersion (gare TGV Valence), boissons des repas, accès aux jacuzzi et massage ***(**)***, les visites non prévues au programme, Assurance Annulation (voir ci-dessus)
en sus : temps jacuzzi, temps massages.

(*) Dois adoré : c'est en Drôme dioise, au sein d'un environnement amical, que s'est initié mon avenir et mon métier d'Accompagnateur en Montagne, j'y ai fait mes premiers pas montagnard, mes découvertes nature, d'orientation, des sentiers, des rivières et torrents ; j'en garde une affection particulière pour cette région vraiment exceptionnelle… :-) :-)

Programme prévisionnel de la semaine

Ce programme est donné à titre indicatif. Les impératifs de sécurité des participants ou les aléas météorologiques peuvent entraîner une modification du parcours.

Jour par jour

Chaque session de rando/MN commence par un temps de respiration et d'échauffement progressif et se termine par des étirements et postures de récupération. Des temps de respiration (respiration profonde, alternée, méditative) seront également proposés en cours de journée.

J1 : Rendez vous à 10 h15 (en tenue) à la gare SNCF TGV de Valence. Transfert en minibus pour Crest.
Ou Rdv à 11h à Crest , pour ceux venus en voiture.
Nous rejoindrons un village à l'ambiance déjà méridionale, Saou et sa nature proche... Au retour, après les étirements, nous poursuivrons au-delà de Die. Installation dans vos chambres et vous pourrez déjà profiter de l'atmosphère doucereuse, autour de la piscine, en attendant le repas. Repas et nuit à l'hotel.

J2 à J5 : ces journées nous verront parcourir et visiter les lieux que j'aime tant de ce Diois…, avec l'objectif de vous surprendre sans cesse, de la combe de Die, surplombée du Glandasse… en passant par Chatillon en diois, et l'histoire de ces « viols » … Découvrant les falaises du cirque d'Archiane. les crêtes de Jiboui, le vallon secret de Boulc, quelque temps isolé du monde, et le vallon de Combeau, royaume des chamois, bouquetins et rapaces ; qui nous ouvre l'accès des Haut-plateaux sud du Vercors. Rechauffement et postures yogiques au programme, pique nique partagé la mi-journée et les repas succulent de l'hotel le soir.

J6 : Cette dernière journée, car il ne faut pas passer à côté de cette ancienne capitale romaine et son joli marché Un parcours ludique vous fera découvrir de façon historique et esthétique la ville, Avant sur le retour de finir vers Saillans et Mirabel les Blacons par une dernière boucle très agréable, et une ultime vue sur les 3 Becs de Saillans…

En souhaitant que vos yeux brillent des plaisirs de la semaine.
Fin du séjour, à 16h30 à la gare de Valence TGV.

Mode d'accès point d'accueil/dispersion

Par train:
- de Paris, (tgv paris-gare de Lyon, ou de Lyon ou autres; arrivée 10h15 valence TGV,
- au retour, départ 16h45 ou 16h50 et ... de Valence, pour Nîmes où Marseille

Par voiture : au parking du « kiosque » de Crest, long de la Drôme.

Hébergement :

Hotel *** avec piscine/sauna

A voir ou découvrir

près de Die:
- la savonnerie de la Drôme - https://www.lasavonneriedeladrome.fr/fr/
- la Ferme aux papillons - http://www.jardin-decouvertes.com
- le Muséo, Cave de Die, Carod -
- la miellerie du Vercors - http://www.labeilleduvercors.fr/
- à Pontaix, le jardin botanique de l'ancien monastère - http://www.le-monastere.org/

Contact
REVES POSSIBLES sarl
576 rue de Genetay
69480 LUCENAY
raymond@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 Montagne - raymond@revespossibles.com

Fiche pratique