



François Laupin  
DE AMM  
DE Escalade en milieux naturels



## ARDECHE

### Rando-course et verticalité 2023

- Durée :** 4 jours / 3 nuits  
**Hébergements :** 1 bivouac en tente et 2 nuits à l'hôtel  
**Groupe :** 6 personnes minimum et 7 personnes maximum  
**Encadrement :** Moniteurs diplômés d'Etat AMM, Escalade et Spéléologie  
**Difficulté :** Moyen



**Itinérance rando-course qui connecte des sites naturels incontournables du Sud Ardèche. Des moniteurs diplômés d'Etat locaux à votre service pour vous transmettre leur expérience de la course et des activités sur corde sur ce territoire aux mille facettes. Ce séjour tout compris allie dépassement sportif et découverte du patrimoine ardéchois.**

*François LAUPIN : 06 37 17 62 90*

**LES MATINS DU MONDE** 24 rue Lalande 69006 LYON - Email : [contact@lesmatinsdumonde.com](mailto:contact@lesmatinsdumonde.com)  
**SARL TELLIT VOYAGES** au capital de 15 300 € - RCS 437 506 298 Lyon - Immatriculation IM069100084  
Garantie financière : APS - 15 avenue Carnot 75017 Paris - RCP : HISCOX HA RCP0086435  
Tel 00 (33) 04 37 24 90 30

## ITINERAIRE

*Ce programme est donné à titre indicatif. Nous devons nous adapter aux aléas de la météo, des conditions de terrain, et au niveau des participants.*

### **Jour 1 : Grand rappel – Trail Gorges de l’Ardèche aval**

- **Temps de rando-course : 3 heures**
- **Distance et dénivelé : 16km / +350m / -300m**

Introduction haute en tout point, dans la Réserve naturelle nationale des Gorges de l’Ardèche, point de départ de notre itinérance.

Tout d’abord, un rappel de 180 m sur le pilier d’Autridge vous amènera à vous dépasser. Ce sera aussi l’occasion d’en apprendre sur l’histoire géologique et humaine de ce milieu si particulier.

Suivra une première sortie trail sur le sentier des Gorges, avec les lumières de fin de journée. Un itinéraire parsemé de banquettes calcaires surplombant la rivière, quelques passages où il faudra poser les mains, et zones plus sablonneuses.

Nous prendrons le temps de réaliser ce premier tronçon avec toute l’attention qu’il demande, pour rejoindre les terrasses herbeuses de Gournier où nous installerons notre camp pour une soirée au cœur de ce sanctuaire naturel.

Bivouac en tente.

### **Jour 2 : Trail Gorges de l’Ardèche amont – Spéléologie Foussoubie**

- **Temps de rando-course : 4 heures**
- **Distance et dénivelé : 15 km / +450m / -400m**

Après un petit déjeuner à la fraîcheur du fond de canyon, nous lèverons le camp pour partir sur la deuxième partie du sentier des Gorges, en commençant par la traversée du gué de Guitard. Nous monterons ensuite en direction du plateau du Devès, et rejoindrons le village de Salavas par un système de vallons sous couvert forestier.

Chemins techniques, variés, dans un cadre d’exception.

Après vous être installés dans vos chambres au cœur de ce village de caractère, Johanna vous accueillera pour une découverte plutôt sportive de la spéléologie dans le réseau souterrain de Cordier-Foussoubie.

Repas et nuit à l’Hôtel des Sites, Salavas.

### **Jour 3 : Trail Salavas à Maisonneuve – Via cordata / apéro**

- **Temps de rando-course : 4 heures**
- **Distance et dénivelé : 20 km / +650m / -650m**

Au départ de notre Hôtel, nous rejoindrons à nouveau le GR4, puis les crêtes de la Baume Lardière, promontoire du Bas-Vivarais. Ce relief karstique nous conduira vers l’étonnante résurgence de Font Vive, avant de descendre dans la vallée inférieure du Chassezac, principal affluent de la rivière Ardèche.

Ici, nous entrons dans un autre secteur naturel majeur de l’Ardèche méridionale : Casteljou et le Bois de Païolive.

Nous introduirons la découverte de ce site par une Via cordata au-dessus de l’eau, entre exploration de puits naturels, rappels, traversées suspendues, et apéro en hauteur pour bien finir la journée !

Repas et nuit au Relais de la Vignasse, Maisonneuve.

### **Jour 4 : Trail Païolive – Plage et pizzéria**

- **Temps de rando-course : 4 heures**
- **Distance et dénivelé : 20 km / +650m / -650m**

Cette journée est marquée par une visite complète du site Natura 2000 du Bois de Païolive, à travers un dédale de sentiers entre blocs rocheux, chênes blancs et bords de rivière.

Ce parcours finement pensé nous conduira notamment vers l’Ermitage Saint Eugène via un chemin en corniche.

L’histoire géologique, naturaliste et humaine est ici riche et unique.

Après une pause baignade à la plage des Actinidias, vous pourrez prendre une douche et rejoindre la pizzéria emblématique « Le C4 » pour clôturer notre séjour autour d’un bon repas.

Déjeuner au restaurant Le C4. Route de retour.

**François LAUPIN : 06 37 17 62 90**

**LES MATINS DU MONDE** 24 rue Lalande 69006 LYON - Email : [contact@lesmatinsdumonde.com](mailto:contact@lesmatinsdumonde.com)  
**SARL TELLIT VOYAGES** au capital de 15 300 € - RCS 437 506 298 Lyon – Immatriculation IM069100084  
Garantie financière : APS - 15 avenue Carnot 75017 Paris - RCP : HISCOX HA RCP0086435  
Tel 00 (33) 04 37 24 90 30

## **DATES**

**Du 18 au 21 mai 2023**

## **PRIX**

**Prix sur la base de 6 participants minimum : 675 EUR**

### **LE PRIX COMPREND**

- Les frais d'organisation,
- L'encadrement par des moniteurs diplômés d'Etat,
- L'hébergement et la nourriture en pension complète,
- Les transports terrestres sur place.

### **LE PRIX NE COMPREND PAS**

- Les frais à caractère personnel (boissons, souvenirs etc.),
- Les vivres de course,
- Votre équipement personnel,
- Les frais supplémentaires entraînés par une éventuelle modification ou prolongement du séjour, indépendant de notre volonté (en dehors du programme prévu),
- Les assurances annulation, rapatriement et frais de premiers secours,
- Tout ce qui n'est pas mentionné dans « le prix comprend ».

*François LAUPIN : 06 37 17 62 90*

*LES MATINS DU MONDE 24 rue Lalande 69006 LYON - Email : [contact@lesmatinsdumonde.com](mailto:contact@lesmatinsdumonde.com)  
SARL TELLIT VOYAGES au capital de 15 300 € - RCS 437 506 298 Lyon – Immatriculation IM069100084  
Garantie financière : APS - 15 avenue Carnot 75017 Paris - RCP : HISCOX HA RCP0086435  
Tel 00 (33) 04 37 24 90 30*

## INFORMATIONS TECHNIQUES DU VOYAGE

### DUREE

4 jours et 3 nuits.

### HEBERGEMENT ET NOURRITURE

Bivouac en tente, dîner et petit déjeuner en extérieur le jour 1. Nuits et diners à l'hôtel les jours 2 et 3. Pique-niques les jours 1, 2 et 3. Déjeuner du midi au restaurant le jour 4.

### ENCADREMENT

Un moniteur Diplômé d'Etat Accompagnateur en montagne et Escalade en milieux naturels encadrera le groupe pendant tout le séjour pour les activités rando-course, grand rappel, et via cordata. Une autre monitrice D.E. interviendra sur les activités grand rappel et spéléologie.

### GROUPE

4 participants minimum et 7 participants maximum.

### DIFFICULTE

Séjour de difficulté moyenne, avec des parcours quotidien de 15 à 20 km, de 400 à 700 m de dénivelé positif.

Chemins souvent rocailleux.

Assistance minibus au besoin.

*Ce voyage n'est pas adapté aux personnes à mobilité réduite.*

**François LAUPIN : 06 37 17 62 90**

**LES MATINS DU MONDE** 24 rue Lalande 69006 LYON - Email : [contact@lesmatinsdumonde.com](mailto:contact@lesmatinsdumonde.com)  
**SARL TELLIT VOYAGES** au capital de 15 300 € - RCS 437 506 298 Lyon – Immatriculation IM069100084  
Garantie financière : APS - 15 avenue Carnot 75017 Paris - RCP : HISCOX HA RCP0086435  
Tel 00 (33) 04 37 24 90 30

## ASSURANCES

Vous pouvez vous assurer par vous-même ou choisir une des options proposées dans le bulletin d'inscription à renvoyer à l'agence de voyage Les Matins du Monde.

### **Si vous ne souhaitez pas souscrire au contrat Multirisque, assurez-vous :**

- Que votre contrat prévoit bien la prise en charge des frais de secours et sauvetage

Les frais de recherche et de secours est la garantie la plus difficile à obtenir. Très peu de contrats proposent cette garantie, et ceux qui la propose en limitent parfois l'application à des cas très particuliers (par ex : uniquement en cas d'accident pendant la pratique d'une activité sportive... Excluant toute maladie, ou accident hors terrain sportif...).

- Que le montant de la prise en charge des frais de secours et de sauvetage (notamment pour les voyages dans des zones isolées) est adapté.

Nous vous conseillons d'être couvert pour un montant minimum de 15 000 euros par personne.

- Que le montant de la prise en charge des frais médicaux soit bien suffisant en fonction de votre destination.

Ceux-ci peuvent parfois s'avérer élevés

Si le montant de vos garanties est insuffisant, les frais seront à votre charge.

*Attention : l'assurance rapatriement proposée par les cartes de paiements (Visa, Premier, Gold, MasterCard) ne suffit pas dans le cadre d'un voyage dans une région isolée. Par contre, ces cartes peuvent couvrir l'annulation dans le cas où le voyage a été payé dans son intégralité par carte, et uniquement pour le titulaire de la carte et pour ses ayants droits (dans les limites de votre contrat bancaire).*

François LAUPIN : 06 37 17 62 90

LES MATINS DU MONDE 24 rue Lalande 69006 LYON - Email : [contact@lesmatinsdumonde.com](mailto:contact@lesmatinsdumonde.com)  
SARL TELLIT VOYAGES au capital de 15 300 € - RCS 437 506 298 Lyon - Immatriculation IM069100084  
Garantie financière : APS - 15 avenue Carnot 75017 Paris - RCP : HISCOX HA RCP0086435  
Tel 00 (33) 04 37 24 90 30

# INSCRIPTION

## PROCEDURE D'INSCRIPTION

Ce voyage est conçu par François Laupin (Bouge ton trail) et organisé par :

**Les Matins du Monde - 24 rue Lalande 69006 Lyon**  
**[contact@lesmatinsdumonde.com](mailto:contact@lesmatinsdumonde.com) – Tel : 00 (33) 4 37 24 90 30**

Pour confirmer votre participation à ce voyage, il faudra vous inscrire via le lien envoyé par email. Si vous ne l'avez pas reçu, vous pouvez nous envoyer un mail et demander le lien d'inscription au voyage.

Le règlement peut se faire, selon votre choix :

- Par chèque à l'ordre *Les Matins du Monde*,
- Par carte de crédit : A réception de votre dossier d'inscription, nous vous enverrons un lien qui vous permettra de procéder au règlement par carte de crédit,
- Par virement bancaire :

**IBAN (International Bank Account Number) FR76 1027 8073 2000 0585 4554 088**  
**BIC (Bank Identifier Code) CMCIFR2A**

## ECHEANCIER DE REGLEMENT

- **35% du montant global + le montant total de l'assurance si vous la souscrivez** à l'inscription, avec le bulletin d'inscription soigneusement rempli et signé.
- Le solde doit nous être parvenu impérativement **60 jours avant le départ.**

## LISTE DE MATERIEL INDIVIDUEL

- Tente , tapis de sol, duvet (confort 0 à 10°C) et popotte de camping pour le bivouac dans les Gorges (transport en minibus puis déposer au camp).
- Sac de trail d'une capacité de 10 à 20l avec un fond de sac personnel (couverture de survie, sifflet, pansements, désinfectant, briquet, lacets, tour de cou, coupe-vent).
- Flasques, sac d'hydratation, et/ou gourde de manière à avoir quotidiennement 2l d'eau minimum dans le sac de trail.
- Une paire de chaussures de trail en bon état, et éventuellement une paire de rechange.
- Une paire de chaussures d'eau légère pour le gué du jour 2 (type Crocs ou sandales fermées).
- En-cas pour les activités rando-course et activités annexes sur corde (en plus des pique-niques fournis).
- Couvre-chef pour se protéger du soleil, et crème solaire pour les peaux sensibles.
- Téléphone portable en bon état de fonctionnement.
- Effets personnels pour les temps libre en dehors des activités indiquées sur le programme du séjour.

**François LAUPIN : 06 37 17 62 90**

**LES MATINS DU MONDE 24 rue Lalande 69006 LYON - Email : [contact@lesmatinsdumonde.com](mailto:contact@lesmatinsdumonde.com)**  
**SARL TELLIT VOYAGES au capital de 15 300 € - RCS 437 506 298 Lyon – Immatriculation IM069100084**  
**Garantie financière : APS - 15 avenue Carnot 75017 Paris - RCP : HISCOX HA RCP0086435**  
**Tel 00 (33) 04 37 24 90 30**