



(Siège Social) Les Iles de Macôt
73210 Aime La Plagne
Tel : 0479097279 Fax : 0479556163
an-rafting@an-rafting.com
www.an-rafting.com

Journée Morvandelle

Deux jours sur notre base du Morvan. En plein cœur de la Bourgogne, vous découvrez un site naturel et préservé à 2H30 au sud de Paris. Au programme 2½ journées d'activité ainsi qu'un déjeuner et découverte d'un patrimoine rurale au beau milieu d'un Parc Naturel.

Période : tous les week-ends d'Avril, Mai et Juin, Septembre, Octobre et Novembre.
Tarif TTC en € /pers : 75.00 €.

EXEMPLE DE PROGRAMME

08H30 : Accueil sur la base An Rafting de Plainefas. Equipement des participants, briefing et descente en **Rafting** en sous bois sur une rivière plutôt techniques. (cl III (IV)).

12H30 : Retour sur la base. Déjeuner au Restaurant.

14H00 : Equipement pour votre dernière aventure au choix entre :

- **Parcours Aventure** : Pendant 2H30, vous passez d'un arbre à l'autre. Vous enchaînez une succession d'ateliers de type Ponts de singes et tyroliennes,....

ou

- **Randonnée Canoë** : en autonomie apprenez à manœuvrer un canoë biplace dans un milieu sauvage qu'est la vallée de la Cure.

17H30 : Retour sur notre base. Fin de nos prestations

CARACTERISTIQUES DE LA JOURNEE

CLASSIFICATION MOYENNE DE LA RIVIERE :

La Cure ou Le Chalaux : voici 2 rivières à faible débit, très étroites mais à forte pente. Elles sont creusées dans le granit et engendrent des ruptures assez fortes sous forme de chutes et cascades. Ces 2 rivières sont alimentées respectivement par le Lac des Settons et celui de Chaumeçon.

LES ACTIVITES : Les activités sont ouvertes à tous et permettent aux personnes débutantes ou peu initiées de s'engager immédiatement dans des milieux naturels. Concernant les activités d'eau-vive, les participants, attestent de leur aptitude à savoir nager au moins 25 mètres, à s'immerger et avoir au minimum 12 ans. Ils devront signer une attestation avant d'embarquer.

Sachez de plus que les niveaux d'eau de printemps sont généralement plus élevés et vous garantissent souvent plus de sensations.

RESTAURATION/HEBERGEMENT

- 1 déjeuner (entrée, plat chaud et dessert, café et 1/4 vin inclus) à l'Auberge.

INFRASTRUCTURE

- Notre base est équipée d'un accueil, restaurant et vestiaires. Un parking est à votre disposition.

INFOS PRATIQUES

A PREVOIR !!

BUDGET :

- Un budget pour vos dépenses personnelles (boissons, photos, etc.)

HABILLEMENT :

Prévoyez uniquement pour les activités d'eau vive... :

- Un maillot de bain.

- Un vêtement iso thermique de type Helly Hansen ou lycra pour mettre sous la combinaison. (conseillé)

Et ... Vos vêtements personnels.

CONDITIONNEMENT DES BAGAGES :

Sac de voyage que vous pourrez laisser dans vos voitures ou à la base.

Appareil photos ou caméras et autres valeurs seront laissées à l'accueil.

MATERIEL FOURNI :

Matériel de sécurité aux normes CE (combinaison néoprène, gilet de sauvetage, chaussettes néoprène,...), rafting, pagaies, baudrier, etc.

RESERVATION

Veillez nous en faire part de vos choix à la réservation auprès de votre contact
Aventure Nature :

Base Morvan : 03 86 22 65 28