



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

## Week-end Troglodytes

Deux jours en Morvan. En plein cœur de la Bourgogne, vous découvrirez un site naturel et préservé à 2H30 au sud de Paris. Au programme 2 journées d'activité et découverte d'un patrimoine rurale au beau milieu d'un Parc Naturel : Parcours aérien en nocturne dans les grottes où vous passerez la nuit à la manière des *troglodytes* (site unique en France !!!), et une descente en rafting sur les eaux tumultueuses du Morvan.

**Période :** Toute l'année (sauf les activités d'eaux vives modulables avec d'autres)

**Tarif TTC en € /pers :**

10/15 personnes à partir de : 160.00 € (privatisation de la grotte)

16/19 personnes à partir de : 150.00 € (privatisation de la grotte)

### EXEMPLE DE PROGRAMME

#### JOUR 1 :

12H00 : Accueil à notre base à Plainefas et déjeuner à l'auberge

14H00 : Equipement et briefing pour une **descente en Rafting** en sous bois

17H30 : Fin de l'activité. Transfert par vos soins au site de la Grotte (45 min environ)

18h10 : Accueil par François et son Equipe, présentation du site unique en France  
**Apéritif et Repas « à la gauloise » autour du feu.**

Soirée libre, nuit et bivouac dans la grotte privatisée pour votre entreprise.

#### JOUR 2 :

Réveil tout en douceur, petit déjeuner dans la grotte puis briefing et équipement pour des activités aériennes :

**Parcours des vires :** une balade au fond de la carrière sur des vires artificielles ou naturelles, qui se termine en option, par une tyrolienne intérieure de 90 mètres. Une entrée en matière tout en douceur.

**Parcours sportif :** Une progression sur les piliers de la carrière avec des ateliers traditionnels : pont de singe, pont filet, balançoires, passerelle de 35 mètres et tyrolienne de 120 mètres pour un maximum d'émotions et de sensations.

**12H00 :** Fin de l'activité. Déjeuner à la ferme auberge à proximité.

Fin de nos prestations.

## CARACTERISTIQUES DU SEJOUR

### **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.

### **CLASSIFICATION MOYENNE DE LA RIVIERE :**

La Cure ou Le Chaux : 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.

### **LA GROTTTE :**

Située entre Chablis et Vézelay à 40 Kms d'Auxerre. Site authentique et exceptionnel, ces carrières souterraines exploitées dès le Moyen-âge, donnèrent une pierre de qualité de couleur blanche qui fut utilisée pour la construction de nombreux monuments figurant, aujourd'hui encore, parmi les plus visités et admirés au monde. Leur exploitation a cessé dans les années 30. Abandonnées depuis, les carrières renaissent aujourd'hui et plongent les visiteurs dans un univers unique, au centre de la pierre. La Grotte devient, en ce début de XXIe siècle, le théâtre de manifestations sportives et culturelles, un lieu d'échanges et d'expériences :

**Parcours des vires :** une balade au fond de la carrière sur des vires artificielles ou naturelles, qui se termine en option, par une tyrolienne intérieure de 90 mètres. Une entrée en matière tout en douceur.

**Parcours sportif :** Une progression sur les piliers de la carrière avec des ateliers traditionnels : pont de singe, pont filet, balançoires, passerelle de 35 mètres et tyrolienne de 120 mètres pour un maximum d'émotions et de sensations.

## RESTAURATION/HEBERGEMENT

- 2 Déjeuners (entrée, plat chaud et dessert, café et 1/4 vin inclus) à l'Auberge.
  - 1 dîner « gaulois » (grillades, pomme de terre, plateau de fromage, dessert, ...)+
- Nuit et petit déjeuner en Bivouac à l'intérieur de la grotte dans une pièce aménagée  
En Option : Nous pouvons prévoir des soirées spéciales à la grotte (soirée cocktails, soirée musicale, etc...) : nous consulter

## INFRASTRUCTURE

- Notre base est équipée d'un accueil, restaurant et vestiaires. Un parking est à votre disposition.
- La grotte dispose d'une cavité pour dormir de 70m<sup>2</sup>, (2m sous plafond), située à 12 mètres de haut. Salle fermée et chauffée. Personnel de nuit...

## INFOS PRATIQUES

**A PREVOIR !!**

### **BUDGET :**

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

### **NUIT EN BIVOUAC :**

- Sac de couchage
- Lingettes et trousse de toilette pour la toilette du dimanche matin

### **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.

<b>RESERVATION</b>
--------------------

Veillez nous en faire part de vos choix (activités, hébergement, ...) à la réservation auprès de votre contact Aventure Nature :

Base Morvan : 03 86 22 65 28