

Sur les crêtes de la Margeride

Eté 2012 – 15-17 ans

7 jours / 6 nuits

DATES ET TARIFS

01/07 au 07/07	610€
08/07 au 14/07	610€
15/07 au 21/07	610€
22/07 au 28/07	610€
29/07 au 04/08	570€
05/08 au 11/08	570€
12/08 au 18/08	570€
19/08 au 25/08	570€
26/08 AU02/09	570€

Venez découvrir une région encore sauvage que l'on appelle la Margeride. Vallonnée et verdoyante, entre pistes et sentiers forestiers, vous profiterez d'une semaine intense à cheval et dans un cadre magnifique. Loin de votre quotidien, vous vivrez au rythme de votre cheval du matin jusqu'au soir.

PROGRAMME *Nouveau*

Dimanche

Accueil à l'auberge équestre "Le relais de Palhères" à Palhères, entre 10h00 et 12h00.

Inscription, Déjeuner, présentation du stage et des chevaux, repas et nuit dans le campement à proximité de l'auberge.

Lundi

Raid d'une journée.

Mardi à Vendredi

Raid de 4 jours en itinérance, de gîte en gîte et bivouac, en plein coeur de la Margeride.

Samedi

Petit déjeuner, rangement des affaires personnelles, derniers bisous aux chevaux, fin de stage à 10h00.

Le développé de ce programme est donné à titre indicatif. Il peut subir des modifications ou des aménagements, en fonction des critères techniques, des impératifs de sécurité ou des conditions climatiques du moment. Dans ce cas, seuls les responsables de l'encadrement sont habilités à prendre la ou les décisions nécessaires.

INFOS PRATIQUES

Adresse :

"Auberge Le Relais de Palhères"

48300 Rocles

Tél. : 04 66 69 21 41

infos@relais-palheres.com

www.relais-palheres.com

Accès :

Vous venez en voiture

Depuis Langogne, situé entre Le Puy en Velay (43) et Mende (48) sur la N88, prendre la D34 direction Rocles, après 6 km prendre route à droite et suivre fléchage « Auberge Le Relais de Palhères ».

Vous venez en train

Gare SNCF à Langogne (à 10 km du centre équestre). Navette gratuite entre la gare et le relais, organisée par « Le Relais de Palhères », téléphoner au 04 66 69 21 41 pour réserver.

Hébergement :

Campement de base : Cabanes en bois avec lits ou grandes tentes avec lits

En raid : toiles de tente ou refuge aménagé ou gîte.

Restauration :

Repas chauds tous les soirs à l'auberge ou en bivouac.

Repas froids tirés du sac pour les déjeuners.

Accompagnement :

Un directeur B.A.F.D., un accompagnateur de tourisme équestre et un animateur B.A.F.A.

Niveau/terrain :

Réservé aux pratiquants expérimentés. Il faut avoir suffisamment d'expérience pour profiter de la qualité des sites et du matériel. Des conseils techniques et pédagogiques te permettront d'accéder à l'autonomie.

Savoir brider, seller, trotter enlevé et galoper en groupe.

5 à 7 heures de cheval par jour.

Le transport quotidien du ravitaillement, des sacs et du matériel est assuré par un véhicule.

Vêtements et équipement personnel à amener :

Vêtements liés à la pratique de l'équitation comme pantalons confortables (type jogging) caleçon ou culotte de cheval (éviter les pantalons avec couture épaisse type "jeans"). Au moins 2 pulls chauds et confortables, vêtements de pluie (veste cirée et surpantalon K-way), linge de corps de rechange, 1 pyjama ou chemise de nuit, 1 paire de chaussures pour l'équitation, 1 paire de baskets, guêtres (mini-shaps), lampe de poche, 1 crème solaire haute protection, 1 stick à lèvres, 1 trousse de toilette complète, 1 serviette de toilette, des lingettes, 1 sac à dos pour le bivouac (20 – 30 litres environ), 1 gourde et un foulard.

Apporter votre sac de couchage (de qualité, les nuits sont froides car le camp est à 1000 m d'altitude) et votre bombe si vous en possédez une.

Argent de poche : 20 Euros suffisent en plus de la caution.

Le centre équestre Les Ecuries de Palhères fournit sellerie, sacoches, matériel de pansage.

Trousse de secours et pharmacie

Chaque accompagnateur dispose d'une trousse de premiers secours. Cette trousse ne peut pas constituer la pharmacie du groupe pour les petits problèmes courants inhérents à l'activité ou aux contraintes du voyage. Nous vous invitons donc à vous fournir d'une pharmacie personnelle.

Contenu type :

- Médicaments personnels en cas de traitement ou troubles particuliers (allergies, etc.).
- De quoi prévenir, protéger et soigner des ampoules : pansement de type "2^{ème} peau"
- De quoi prévenir ou soulager les problèmes de chevilles et de genoux : bandes de types "Elasto".

- De quoi nettoyer de petites plaies : compresses imbibées.
- De quoi soulager les maux de tête et les courbatures.
- De quoi soulager les piqûres d'insectes.

Dans tous les cas, demander conseils à votre médecin et à votre pharmacien.

MODALITES D'INSCRIPTION

Si cette randonnée vous intéresse :

- contactez-nous par mail ou par téléphone pour recevoir une fiche d'inscription
- ou téléchargez la fiche d'inscription sur notre site

L'inscription ne sera prise en compte qu'à la réception de la fiche d'inscription et du règlement.