

Rando FORê, l'expérience bien-être par les arbres (N° Séjour : AEMV 18 0004)

Ete 2018 - Massif des Vosges (France)

#Votre séjour:

Au cours de ce week-end sylvothérapie labélisé «FORê», je vous emmène découvrir l'ambiance de forêts peu fréquentées, loin des sentiers battus et au cœur de sites préservés choisis pour la richesse de leur biodiversité.

Initiation à la sylvothérapie, à travers des séances de mise en éveil des sens et d'étreinte avec les arbres.

Si vous recherchez une activité «nature» innovante, de bien-être, de repos et de sérénité, ce séjour FORê sera sans nul doute un séjour inoubliable !

#Programme:

Jour 1 - Randonnée sylvothérapie samedi après-midi

Distance: 7 km • Temps: 4h • Dénivelé +300m / -400m

Lieu et parcours gardés secret...

Jour 2 - Randonnée sylvothérapie dimanche

Distance: 11 km • Temps: 6h30 • Dénivelé +590m / -440m

Lieu et parcours gardés secret...

Le soir venu, vous profiterez de l'ambiance conviviale de la ferme-auberge autour d'un délicieux repas traditionnel vosgien, avant de rejoindre un dortoir authentique. Quant au repas du dimanche midi, il sera composé de produits locaux et dégustés dans un chalet en bois au cœur de la forêt vosgienne.



ERIC BRISBARE,
Accompagnateur en Montagne

ericnews@gmail.com

+33 (0)6.25.04.37.01

Niveau: ★★★★★

Tarif: 269 € (2 jours - 14 places)

Dates:

25/08/2018 - 26/08/2018

29/09/2018 - 30/09/2018

(départ garanti à partir de 6 pers.)

Autres dates à la demande

Parcours accessible à toute personne faisant du sport de manière occasionnelle. La difficulté technique n'est pas très importante. Avec portage léger: prévoir un petit sac à dos avec de l'eau, trousse et affaires de toilette pour la nuit, quelques barres de céréales et un vêtement chaud supplémentaire.

Hébergement:

En ferme auberge, nuit en dortoir.

Restauration:

- Repas chaud servi samedi soir, cuisine comportant des spécialités régionales

- Petit-déjeuner traditionnel varié

- Pique-nique dimanche midi composé de produits locaux

En cas d'allergie ou régime particulier, avertir votre accompagnateur.

Le prix comprend:

L'encadrement par un accompagnateur en montagne

/ l'hébergement en ferme auberge / la nuit en dortoir

/ les repas du samedi soir au dimanche midi.

Le prix ne comprend pas:

Les assurances assistance rapatriement / les frais de secours et/ou annulation / les boissons, pourboires et les dépenses personnelles.

