Atalante
L'ESPRIT TREK

MASSIF CENTRAL

Balades gourmandes en Auvergne – 3 jours

- Découverte d'un environnement naturel sauvage et d'un univers végétal préservé.
- Cueillette et repas préparés avec les produits de votre glanage.
- Découverte des plantes sauvages et comestibles.

À PARTIR DE	**430 €**
DURÉE	3 jours
TYPE	Voyage en petit groupe
NIVEAU	
THÉMATIQUE	Découverte

Nous randonnons au coeur des volcans d'Auvergne, à la découverte de plantes préservées que nous glanons au grès de nos pas. Le midi, nous préparons ensemble des déjeuners sauvages.
Dans le paysage tout en douceur du Parc Naturel Régional des Volcans d'Auvergne, nos journées de marche à la découverte de la vie sauvage et de la flore sont ponctuées de cueillettes. Nous sommes accompagnés par un guide spécialiste de la région et des plantes. Le soir venu, après avoir effectué le tri de notre cueillette, c'est Thomas et Mellissa qui préparent les mets à base de notre récolte. Un séjour de découverte active avec de douces randonnées et valorisation des ressources locales.

Itinéraire

JOUR 1

Balade et cueillette autour du Lac de la Cassière

MARCHE : 2H-3H | HÉBERGEMENT : GÎTE | DÉJEUNER : LIBRE

RDV à 14 h au gîte « Entre Lacs et Volcans » (Lac de La Cassière) pour une première découverte de notre environnement. Pour ceux qui arrivent en train, RDV à la gare de Clermont à 13 h (pas de supplément pour un accueil à cet horaire). Pour info, Clermont-Ferrand/La Cassière = 17 km.
Dans l'après midi, autour du village, nous faisons nos premiers pas au milieu de cette nature sauvage et authentique ; cueillette, préparation et dîner.

JOUR 2

Balade et cueillette autour du Lac du Guery

MARCHE : 4H-6H | HÉBERGEMENT : GÎTE

Le matin, court transfert vers le lac du Guéry, le plus haut lac d'Auvergne qui compte une biodiversité sans égale et des paysages à couper le souffle.
A travers forêts et prairies, tout au long de notre chemin, la nature nous dévoile encore quelques-uns de ses mystères.

JOUR 3

Balade et cueillette autour de la chaîne des Puys

MARCHE : 4H-5H | DÎNER : LIBRE

Le matin, court transfert au beau milieu du Parc Naturel Régional des Volcans d'Auvergne (PNRVA), sur la chaîne des Puys qui se découvre de plus en plus à notre regard. A travers forêts et prairies, tout au long de notre chemin, la nature nous dévoile encore quelques uns de ses mystères.
Nous retrouverons là encore des lieux préservés, remplis d'une grande diversité écologique.
Pour celles et ceux qui sont arrivé(e)s en train, redescente à la gare de Clermont-Ferrand de façon à être à la gare pour 16h30.

À NOTER

- Ce voyage a été construit en collaboration avec Huwans et nos partenaires locaux, afin de vous proposer un plus grand nombre de départs garantis, tout en alliant notre savoir faire et notre expérience du voyage. Vous rencontrerez sans doute des voyageurs de ces agences dans votre groupe.
- Cet itinéraire est fourni à titre indicatif : suivant les conditions météorologiques et opérationnelles, votre guide accompagnateur peut en effet modifier cet itinéraire, pour votre sécurité et celle du groupe.

Dates & prix

LES PROCHAINS DÉPARTS

(informations au 20/05/2024)

Nombre de participants : de 3 à 8

DU	AU	PRIX TTC / PERS.	ETAT
VEN. 21/06/2024	DIM. 23/06/2024	**430 €**	Confirmé dès 3 inscrits

Le nombre de participants peut être inférieur au nombre minimum indiqué ci-dessus.

LE PRIX COMPREND

- L'encadrement par un guide-accompagnateur, spécialiste des plantes sauvages comestibles
- Déplacement sur les lieux d'activités et transport en A/R depuis la gare de Clermont-Ferrand aux horaires indiqués dans le programme.
- L'hébergement pour 2 nuits en gîte (base chambre double/twin à partager)
- La pension complète du dîner du jour 1 au déjeuner du jour 3.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18 € par personne
- Le transport A/R au point de rendez-vous

À payer sur place :

- Les boissons
- Les taxes et droits d'entrées sur les sites et les activités optionnelles
- Les pourboires
- Le déjeuner du jour 1 et le diner du jour 3

ASSURANCES AU CHOIX

- **Assurance multirisque :** 4,1 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque avec extension épidémie :** 5,1 % du voyage par personne
- **Assurance premium (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.) :** 5 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque premium avec extension épidémie (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.) :** 6,1 % du voyage par personne

Pour ce voyage, nous vous recommandons notre assurance multirisque, spécialement étudiée pour le voyage d'aventure.

OPTIONS

- possibilité de partir à partir de 2 personnes avec un supplément de 95 euros par personne.
- chambre individuelle (sur demande et sous réserve de disponibilité) : 50 euros (attention : salle de bains et wc partagés)
- Nuit supplémentaire en chambre double : 36 euros par personne
- Nuit supplémentaire en chambre individuelle : 52 euros par personne

Détail du voyage

NIVEAU

3 jours de balades, de cueillette, de « gastronomie sauvage » et d'observation de la nature.
Peu de dénivelé sur terrain facile.
Voyage facile et accessible à toute personne en bonne santé voulant découvrir des saveurs sauvages et certains mystères de la nature.

ENCADREMENT

Un guide accompagnateur, spécialiste des plantes sauvages comestibles, pour 8 participants maximum.

ALIMENTATION

Pour tous les repas, les compléments d'achats sont réalisés dans les épiceries et sur les marchés des villages environnants, en utilisant au maximum des produits fabriqués dans les fermes. La majorité de ces producteurs
ont le label " Agriculture Biologique". Les repas de midi sont pris sous forme de pique-niques ; les repas du soir
sont chauds et élaborés à base de notre cueillette.

HÉBERGEMENT

Gîte de groupe dans un hameau de moyenne montagne à proximité directe des grands espaces en chambres de 1 à 2 personnes, certaines chambres ont la salle de bain sur le palier.

HEURE ET LIEU DE RENDEZ-VOUS

RDV à 14 h au gîte « Entre Lacs et Volcans » (Lac de La Cassière) pour une première découverte de notre environnement. Pour ceux qui arrivent en train, RDV à la gare de Clermont à 13 h (pas de supplément pour un accueil à cet horaire). Pour info, Clermont-Ferrand/La Cassière = 17 km.

ACCÈS AU LIEU DE RENDEZ-VOUS

Afin de limiter vos émissions de CO2, utiliser les transports en commun jusqu'à la Gare SNCF de Clermont-Ferrand.

Rdv à 13h devant la gare Sncf de Clermont-Ferrand.
Si vous venez en voiture : Rdv à 14h00 directement au gîte.

Exemple de train :
Aller :
Départ Paris Bercy : 09h01 > Arrivée Clermont-Ferrand : 12h34
Retour : Descente à la gare de Clermont-Ferrand à
Train depuis Clermont-Ferrand : 16h29 > Arrivée Paris Gare de Lyon : 19h57 (correspondence Lyon Part Dieu).

L'horaire des trains est à vérifier impérativement sur : www.voyagessncf.com
Sinon, pour un autre horaire de Clermont gare à La Cassière, comptez environ 40 €/ trajet en taxi en semaine et environ 60 €/trajet en taxi les dimanches et jours fériés. Pour info, le trajet aller simple entre Clermont-Fd et La Cassière est de 17 km.

Par la route : 17 km (20 mn) depuis Clermont-ferrand. Prendre la N89 en direction de Bordeaux . Gîte "Entre Lacs et Volcans" - 6 rue Roland Brousse - La Cassière - 63970 AYDAT

DISPERSION

Dispersion du groupe avant 18h.
Pour ceux qui sont arrivés en train, redescente à la gare de Clermont-Ferrand en taxi dans l'après midi, dès la fin du séjour, de façon à être à la gare pour 16h00 (compter environ 40 à 50 € pour un taxi entre La Cassière et la gare de Clermont Ferrand).

Equipement

VÊTEMENTS À PRÉVOIR

Fortement conseillé :

- un chapeau ou une casquette
- une paire de lunettes de soleil
- une cape de pluie
- un coupe vent type K-Way ou mieux une veste en Gore-Tex
- papier hygiénique et briquet
- une petite pharmacie personnelle (aspirine, sparadrap, élastoplast, ...)
- sacs en plastique pour envelopper les affaires en cas de mauvais temps
- un appareil photo
- une paire de jumelles

Pour les soirées (à titre indicatif) :

- un pantalon en toile ou jogging
- une paire de tennis ou autre pour le soir
- une fourrure polaire
- vêtements de rechange et plusieurs sous-vêtements
- un maillot de bain pour les éventuelles baignades
- trousse de toilette avec une serviette de bain pour les baignades

Pour vous chausser :

- une paire de chaussures de marche légères et de préférence déjà utilisées, ou pour les pieds sensibles, une
- bonne paire de tennis renforcées.
- quelques paires de chaussettes
- Des petits chaussons d'intérieur (pour l atelier cuisine réalisé en intérieur)

EQUIPEMENT À PRÉVOIR

Un petit sac à dos contenant :

- 1 gourde ou un « camel bag »
- un sac en toile pour la cueillette
- Gobelet
- Des gants de jardinier (pour les orties)

- 1 bocal vide (type confiture) pour ramener une préparation faite ensemble.

Formalités & santé

PASSEPORT

Non

VISA

Non

CARTE D'IDENTITÉ

Oui

VACCINS

Non

RECOMMANDATIONS SANITAIRES

.