



Rando Attitude Organisation

Tél: 06 81 38 49 14
contact@rando-attitude.com



Annecy Aventure

Tél: 04 50 45 38 46
info@annecy-aventure.com



Savoie Aventure

Tél: 04 56 41 10 99
info@savoie-aventure.com

Séjour VTT - Lubéron

Le « Colorado Provençal »

3 jours / 2 nuits

Le massif du Lubéron est un massif des Préalpes situé dans le sud de la France, à cheval entre les départements de Vaucluse et des Alpes-de-Haute-Provence (région Provence-Alpes-Côte d'Azur), à 70 kilomètres au nord de Marseille.

Au cours de ces 3 jours, nous sillonnerons les sentiers de cette région du Lubéron, où vous pourrez découvrir ce site exceptionnel, en couleur, en relief, en flore.

Montées faciles avec panoramas à chaque coin de sentiers, descentes ludiques et techniques, pistes forestières, portions de route minimalisées, avec quelques notions de pilotage dans le bike parc, tout est fait ici pour vous faire plaisir avec votre VTT.

Durée / Tarif / Groupe

3 jours / 2 nuits

320 € par personne

Groupe de 4 à 12 participants

Date

du 30 Mars au 01 Avril 2013

Le prix comprend

La pension complète (repas du samedi soir au lundi midi, pique-nique et nuitée) en chalets, l'encadrement par un moniteur diplômé d'Etat, le transfert A/R Rumilly (74) -Villars (84).

Le prix ne comprend pas

Le pique-nique du premier jour, le matériel nécessaire à la pratique du VTT, les boissons, l'extra personnel et en général tout ce qui n'est pas mentionné dans le prix comprend.

Résumé du programme

Rendez-vous : 30 Mars 2013 à 7h00 à Rumilly (74), ou 11h00 à Villars (84)

Dispersion : 15h00 à Villars (84) ou 19h00 à Rumilly (74)

Niveau physique: Personne en bonne condition pour la pratique du VTT

Niveau technique : Maîtrise des techniques de base du VTT, abordage des pentes raides et franchissement de la plupart des obstacles

Encadrement : Christophe LERAY ou Francis DUFOUR

Portage : Vos affaires pour la journée, éventuellement le pique-nique du midi dans un sac à dos personnel

Service : Nous avons la possibilité de louer du matériel : vélo, casque, etc ...

Détail du programme

1er jour : Randonnée découverte région + bike parc (25 km ; D+ 700 m)

Après l'installation dans notre hébergement, une petite mise en jambe pour découvrir l'environnement exceptionnel du coin, avec un petit passage obligatoire par le « Colorado Provençal », fil conducteur de notre séjour.

Ensuite, nous irons réviser un peu dans le bike parc tout proche, où votre moniteur pourra vous faire améliorer votre technique à VTT.

2ème jour : Journée Randuro (48 km ; D+ 1700 m)

Belle grosse journée au programme. Aujourd'hui, les efforts fournis pendant les montées se verront récompensés



Rando Attitude Organisation

Tél: 06 81 38 49 14
contact@rando-attitude.com



Annecy Aventure

Tél: 04 50 45 38 46
info@annecy-aventure.com



Savoie Aventure

Tél: 04 56 41 10 99
info@savoie-aventure.com

par 2 énormes descentes de 10 km !

Du cassant, du sous-bois, de la pente, du single magnifique, avec des relances, quelques passages empierrés et des appuis de folie, et de bons gros toboggans !

3ème jour : Randonnée « Colorado Provençal » (27 km ; D+ 800 m)

Et voilà la cerise sur le gâteau ! Une immersion au coeur de ce terrain de jeu à la couleur ocre.

Alternance de singles en balcon, de descentes ludiques, des montées et de panoramas à vous couper le souffle ! Certainement une des plus belle trace à faire dans la région !

Pension et nuitées

Nuitée dans un village vacances, en chambres doubles. Les dîners et petits déjeuners seront pris au même endroit. Les pique-niques seront fournis par l'hébergeur. (Prévoir en plus barres de céréales et autres compléments énergétiques). Rappel, prévoir le premier pique-nique du premier jour.

Le site naturel

Le « Colorado provençal », vestige d'un passé récent, où les paysages ont été sculptés au gré de l'exploitation des carrières d'ocre. Divers et multicolores, il s'en dégage une ambiance fascinante.

Une diversité de teintes depuis le jaune pâle jusqu'au carmin foncé. Des reliefs variés : falaises, pitons, promontoires, ravins, grottes, cascades, galeries, tunnels, mais aussi une flore particulière au massif du Colorado.

Vos Guides

- Christophe LERAY, animateur sportif et moniteur VTT diplômé d'état
- Francis DUFOUR, moniteur vélo/ VTT diplômé d'état

Professionnels de l'activité d'encadrement VTT, leurs connaissances du parcours et du patrimoine local enrichiront votre séjour.

Equipement

- Liste non exhaustive des choses à avoir avec soi, afin de pouvoir palier à tout incident :
- Un VTT, au moins de « moyenne gamme », maximum 13.5 kg, afin de vous garantir un minimum de fiabilité. Important, pensez à faire ou faire faire une révision complète de votre VTT avant le départ !
- Casque, gants, lunettes, veste de pluie et vêtements chauds
- Un outil « multi Tools »
- Si vous avez des pneus à chambre à air : 2 chambres à air de rechange + une boîte de rustines + colle à rustines
- Si vous avez des pneus Tubeless : du produit anti-crevaison, une chambre à air petite valve (en sécurité)
- Si vous avez des V-brakes : 2 paires de patins de frein de rechange
- Si vous avez des freins à disque : 2 paires de plaquettes de rechange
- 1 câble de dérailleur arrière + 1 câble de frein arrière
- Du lubrifiant pour chaîne et dérailleur (burette / bombe)
- 1 pompe
- 1 patte de dérailleur fusible

Affaires personnelles : affaires de toilette, change, petite pharmacie

Sécurité

Votre moniteur a l'entière responsabilité du groupe et de ce fait il prendra toutes les décisions nécessaires à l'évolution de celui-ci en toute sécurité : il peut modifier le parcours, ralentir ou accélérer le mouvement si



Rando Attitude Organisation

Tél: 06 81 38 49 14
contact@rando-attitude.com



Anecy Aventure

Tél: 04 50 45 38 46
info@anecy-aventure.com



Savoie Aventure

Tél: 04 56 41 10 99
info@savoie-aventure.com

besoin. Il possède une pharmacie de premiers secours. Mais au-delà de ces règles de conduite, notre objectif est que votre séjour soit le plus en adéquation avec vos attentes.

Assurance

Le moniteur est assuré en responsabilité civile professionnelle mais vous devez être obligatoirement titulaire d'une responsabilité civile individuelle.

Accès

- Pour le départ groupé de Rumilly (74), devant La Maison du Vélo, base de loisirs des Pérouses, à 7h00
- Pour le départ à VTT, rendez-vous à Villars (84), au village vacances " La colline des Ogres " à 11h00

Langues parlées

Français et Anglais

