



SÉJOUR INITIATION À BOUILLON

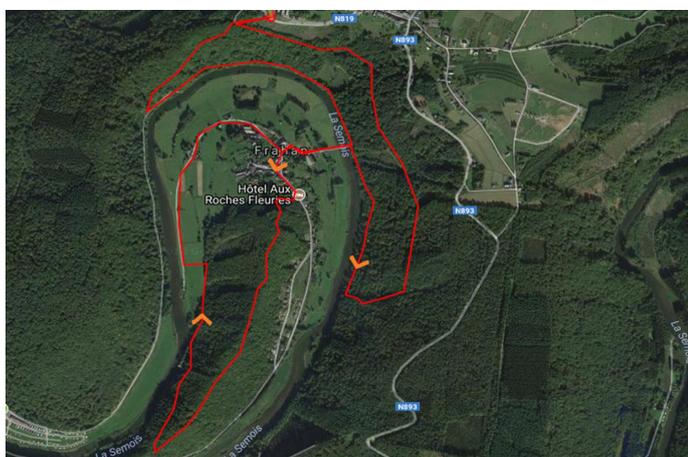


Programme

Samedi

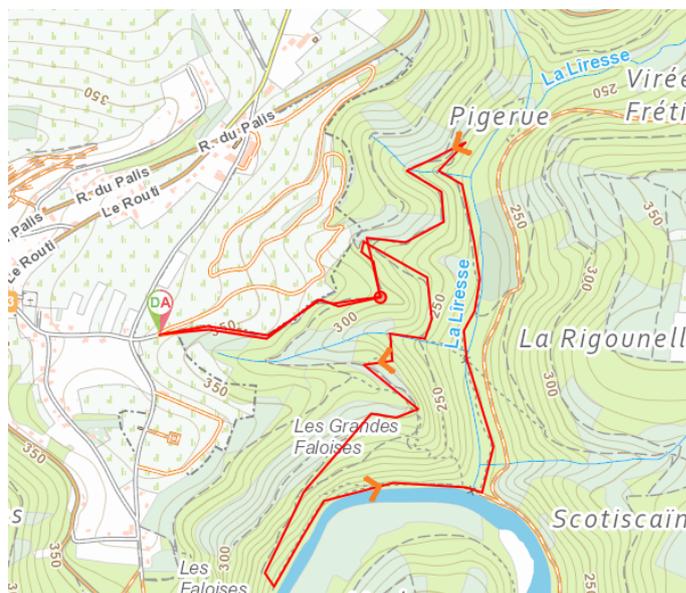
14H00 RDV à ROCHEHAUT, sur le Parking du panorama
14h30 Départ Trail 1 « les crêtes de Frahan »
8km 270D+
16H00 Arrivée estimée

Nous commençons par une petite descente en single track en devers pour atteindre la passerelle de Frahan que nous traversons. Ensuite, nous montons jusqu'aux crêtes que nous parcourons, avec ses magnifiques panoramas. Nous empruntons un sentier carrossable le long de la Semois pour revenir à Frahan, un calme fort appréciable afin de nous réserver pour la suite. Même passerelle pour traverser la Semois. Nous terminons cette trace par une partie de « the Wall », partie réputée du trail de la Bouillonnante. Ceux qui veulent tenter le « scratch » peuvent ...



Samedi

16H00 Ravito
16H45 Départ facultatif trail 2 « Les échelles »
5,5 km 260D+
17h45 Arrivée estimée



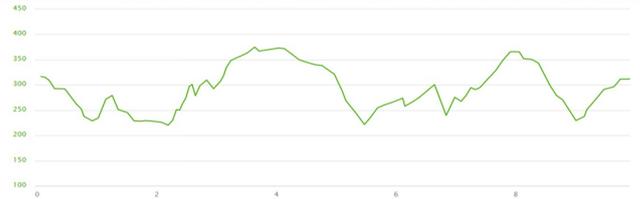
18H00 Transfert jusqu'à l'auberge de jeunesse
Bouillon, rue du Chrit 16
+/- 15 minutes
19H00 : Souper à l'auberge
21H00 : Randonnée nocturne
7 km
22H30 : Arrivée estimée
Soirée Libre

Dimanche

- 08H00 Déjeuner à l'auberge
- 09H00 rangement des chambres
- 09H30 Départ Trail 3 « **La montée du Belvédère** »
10km 535D+
- 13H00 Arrivée estimée

Un profil qui n'a pas grand-chose à voir avec la veille. Quelques montées qui n'ont rien à envier de la montagne... L'occasion de vous familiariser avec l'utilisation des bâtons si vous le désirez. Nous partons de l'auberge, nous descendons jusqu'à La Semois pour remonter jusqu'au Belvédère par un petit sentier en « z ». Descente relax et un peu de plat avant de remonter le long d'un ruisseau. Retour à l'auberge.

- 14H00 Dîner à l'auberge
- 16H00 Fin du séjour



MATERIEL

De Trail

- ◇ Sac de trail adapté à la durée des sorties
- ◇ Eau 1 litre
- ◇ Baskets (déjà utilisées)
- ◇ Chaussettes
- ◇ Short Sous-vêtements
- ◇ T-shirt technique
- ◇ Bâtons (si vous les utilisez ou si vous voulez apprendre)
- ◇ Mouchoirs
- ◇ Pansement style compeed
- ◇ Tape
- ◇ Couverture de survie
- ◇ Argent liquide

En fonction de la météo

- ◇ Crème solaire
- ◇ Lunettes de soleil
- ◇ Fins gants
- ◇ Casquette
- ◇ Buff
- ◇ Veste imperméable (type Gore-Tex)
- ◇ Haut thermique
- ◇ Collants longs

Hors Trail

- ◇ Nécessaire de toilettes
- ◇ Tenue confortable pour la soirée et la matinée
- ◇ Argent pour les boissons à l'auberge
- ◇ Chaussures d'intérieur

INSCRIPTION

Paiement d'un acompte de 55 € .

Si vous annulez moins d'un mois avant la date, je ne serai pas en mesure de vous rembourser cet acompte.

Paiement du solde le premier jour du séjour ou sur le compte une semaine avant.

Si le séjour est annulé pour des raisons extérieures à vous, vous serez remboursé de l'intégralité du montant versé.

Compte **BE49 7320 4624 1971**

TREKATOUT

Communication : initiationBOuillon+dateduséjour