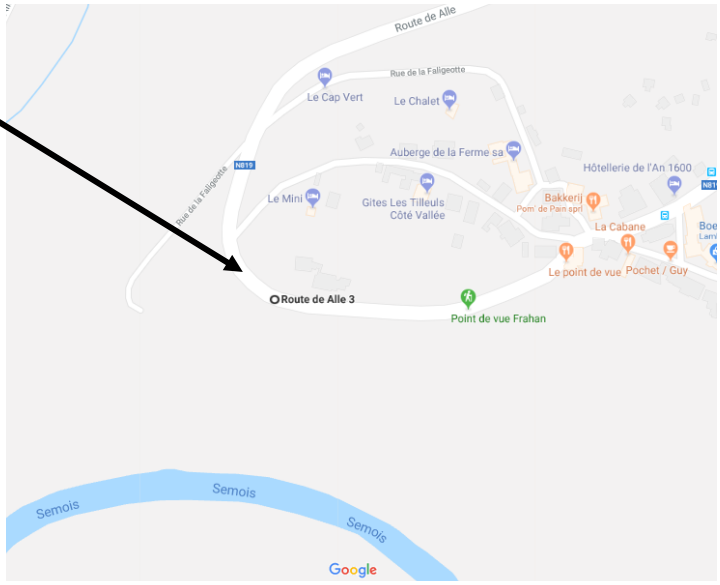
SEJOUR WE CHOC à BOUILLON

Samedi

13H00 RDV à Rochehaut, sur le parking du panorama
14h00 Départ Trail 1 « les gens de la vileville»
18H00 Arrivée estimée
19H00 Repas
21H00 Départ trail 2 »la prière du soir »
23h00 Arrivée estimée

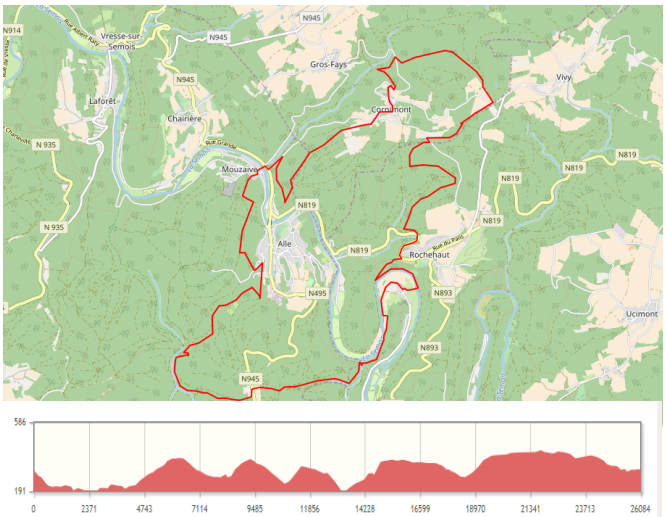
Dimanche

08H00 Repas
09H30 Départ Trail 3 «»
12H30 : Arrivée estimée
13H30 : Repas
16H00 : Fin du séjour



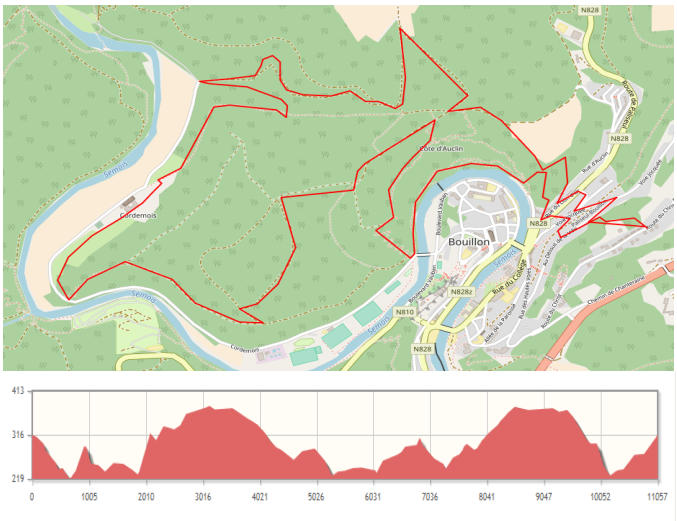
Trail 1 « Les gens de la vileville...»
26 km 765 D+

Un départ du panorama de Rochehaut. Un single sur le flan pour descendre jusque la Semois. Ensuite, on alterne petits villages ardennais et belles forêts jusqu'à la fin, durant 25 km.. Frahan, Mouzaive et Cornimont.



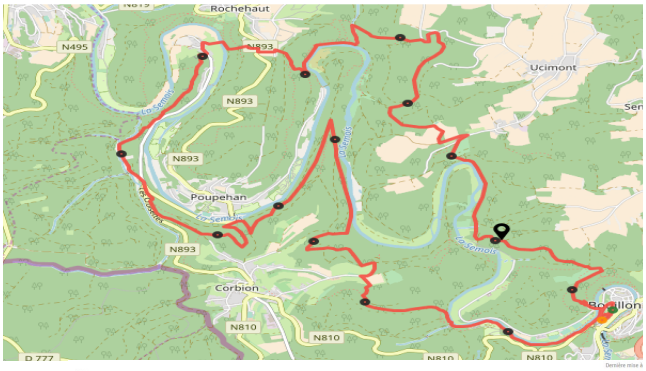
Trail 2 « La prière du Soir»
13 km 585 D+

Il faut juste espérer que la nuit tombe suffisamment tôt… Afin qu'il fasse assez obscure pour ne pas voir le dénivelé qui nous attend. Nous commençons de l'auberge jusqu'à La Semois, avant de remonter en z jusqu'au belvédère. De la nous repiquons en single jusqu'à l'Abbaye (on s'y repose un peu…) et on s'offre un peu de repos sur du carrossable avant de remonter le long des ruisseaux. Retour à l'auberge sur du large. Ah oui, ça remonte un peu sur la fin ...



Trail 3 « Les crêtes de Frahan »
25 km 1208 D+

Ce parcours est beaucoup plus long à décrire… Par sa longueur et les endroits mythiques qu'il traverse. Le Château de Bouillon, le Rocher du Pendu, les crêtes de Frahan, The Wall, le parcours des échelles, le Tombeau du Géant….
Pas moyen d'être déçu…. A moins que vous soyez accros au promenade romantique sur les dunes car là, cela sera pas trop cela. Si la météo le permet, ainsi que le débit, on traversera La Semois ...



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
- ◊ Lampe frontale (pour la nocturne)
- ◊ Pansement style compeed
- ◊ Tape
- ◊ Couverture de survie
- ◊ Argent liquide

<u>En fonction de la météo</u>

- ◊ 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

Payement 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.
Payement 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 : WEChocBOuillon+dateduséjour