chilowé

Rando et bonne bouffe en Auvergne

Activité: **Rando (raquettes)**
Lieu : **Puy-de-Dôme**
Durée : **2 jours**
Groupe : **4-8**
Prix : **290€**

1. 2 jours de rando raquettes au milieu des volcans d'Auvergne !
2. La nuit dans un refuge et la veillée sous les étoiles
3. La préparation de la truffade et l'apéro au coin du feu

Vous voulez connaître la recette de la micro-aventure auvergnate parfaite ? Demandez-la à Damien… Tout ce qu'on peut vous dire, c'est qu'il y a de la saucisse, de la truffade et quelques heures de raquettes dans la neige pour mériter tout ça ! Au passage, vous aurez le temps d'engranger un paquet de connaissances sur les volcans, de croiser des mouflons, des chamois, de découvrir la source de la Dordogne et d'aller observer les étoiles après le dîner. Ne faites pas trop de vieux os au coin de la cheminée… Demain il faut remettre ça !

PROGRAMME

JOUR 1

Rendez-vous avec Damien à la gare de Clermont à 10h30 puis navette jusqu'au point de départ. Pot d'accueil au Cap Guéry : briefing et repas, répartition de l'équipement et départ de la rando. 3 à 4 heures de marche entre lacs, cascades et volcans pour rejoindre le refuge de la Banne en fin d'après-midi et profiter du coucher de soleil. Boisson chaude, douche chaude, préparation de la fabuleuse Truffade (plat typique auvergnat), apéritif avec petite dégustation de produits locaux, repas et soirée au coin du feu. Nuit douce en chambre double ou dortoir.

JOUR 2

Petit déjeuner avec produits locaux, départ de la rando vers 9h30. Environ 5 à 6 heures de marche avec pause pique-nique dans un buron de montagne sur le parcours. Retour au parking du Lac du Guéry vers 15h/16h. Retour à la gare de Clermont en mini-bus (environ 45 mn).

LOCALISATION

Puy-de-Dôme > Auvergne-Rhône-Alpes
Depuis la gare, 45mn de trajet avec Damien jusqu'au lac de Guéry

INFOS PRATIQUES

CE QUE LE PRIX COMPREND :

- La prestation du guide
- L'hébergement en refuge (dortoir mixte)
- La pension complète (repas chauds midi et soir, petit-déjeuner)
- Les boissons chaudes pendant la rando
- Le pot d'accueil et l'apéro de produits locaux
- Le matériel individuel de raquettes (raquettes et bâtons)
- Le transfert A/R depuis la gare de Clermont

CE QU'IL FAUT APPORTER :

- La liste détaillée du petit matériel à avoir sera fournie après inscription (gourde, sac à dos...)

CE QUE LE PRIX NE COMPREND PAS :

- Le transport jusqu'au lieu de rendez-vous
- L'assurance facultative couvrant ***l'annulation***

NIVEAU

10 à 15 km par jour, faible dénivelé. Mais 4h de raquettes, ça calme quand même les plus bavards ! Pas de difficulté technique.

PETIT ÉQUIPEMENT

Equipement fourni :

- La tente de bivouac

- Le tapis de sol individuel Therm-a-Rest®

- Le duvet confort -10°C

- Les raquettes individuelles et les bâtons

Equipement indispensable à ramener :

- 1 sac à dos 20L ou 30L

- Le pique-nique du 1er midi

- 1 paire de chaussures de rando (hautes et imperméables)

- 2 sous-pull / t-shirt à manches longues en matière respirante adapté à l'effort

- 1 veste chaude en fourrure polaire ou 1 polaire

- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante avec capuche si possible (type gore-tex) ou une veste imperméable de pluie

- 1 doudoune pour la balade nocturne

- 1 pantalon chaud étanche ou legging chaud adapté à la rando (pantalon type « jean » interdit car il gèle lorsqu'il est humide !)

- 2 paires de chaussettes de rando

- 1 gourde d'1L minimum et/ou thermos

- Votre paire de lunettes de soleil

- 1 bonnet

- 1 tour de cou ou une écharpe

- 1 paire de gants chauds

- 1 petit sac poubelle pour vos déchets personnels

- Du papier ou des mouchoirs biodégradables

- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre votre argent, carte d'identité, carte bancaire, carte vitale, etc

A ramener pour le soir au bivouac :

- 1 lampe frontale

- Des vêtements de rechange (legging chaud, pull, t-shirt...)

- Des sous-vêtements de rechange

- 1 paire de chaussures type basket

- Votre trousse de toilette et pharmacie perso (minimaliste) avec savon de marseille, dentifrice, brosse à dent, compeed, dolipranes, crème solaire...

Facultatif :

- Un petit carnet et un stylo

- Votre appareil photo (facultatif)

- 1 spécialité locale à partager tous ensemble à l'apéro