



VTT et bivouac dans le parc naturel du Vexin

Activité: **Vélo**

Lieu : **Parc Naturel du Vexin**

Durée : **2 jours**

Groupe : **4-8**

Prix : **250€**

1. Un weekend sportif de déconnexion à 2 pas de Paris
2. Le VTT dans le Vexin sauvage et le bivouac sous les étoiles
3. Les conseils avisés de Julien pour progresser en VTT

Vous voulez allier sport, déconnexion et nature, le temps d'un weekend et à deux pas de Paris ? Julien est là pour vous régaler ! Au programme : du VTT dans les paysages sauvages du Vexin entre les vallées de l'Epte et de la Seine, un bivouac sous les étoiles et des produits locaux. Le petit plus ? Les histoires extraordinaires de Julien sur les maisons troglodytes que vous croiserez en chemin !

PROGRAMME

JOUR 1

Rendez-vous à 9h en gare de Mantes-la-Jolie. Transfert en navette jusqu'au lieu de départ, puis première journée d'échauffement ! Parcours de 30km pour 300m de dénivelé positif, soit environ 3h d'effort au total. Pistes sauvages, singles et pause piquenique au milieu de nulle part sont au rendez-vous ! En fin de journée, installation du bivouac sur une zone autorisée où toilettes, douches et point d'eau sont à disposition. Dîner local préparé par votre Captain Julien, nuit sous tente.

JOUR 2

Réveil dans la nature, puis petit-déjeuner gourmand préparé par Julien. C'est parti pour faire chauffer les mollets ! Au programme, 40km pour 400m de dénivelé positif, environ 4h30 d'effort. Durant cette boucle, villages typiques et piquenique préparé par votre Captain. Retour vers 16h à la gare de Mantes-la-Jolie. 2 jours hors du temps !

LOCALISATION

Val-D'Oise > Île de France

Rendez-vous directement devant la gare !

INFOS PRATIQUES

CE QUE LE PRIX COMPREND :

- La prestation du guide
- Le VTT et le casque
- Les transferts aller/retour depuis la gare en navette
- Le matériel de bivouac (tente et matelas)
- Le dîner, le petit-déjeuner et le pique-nique du second jour

CE QU'IL FAUT APPORTER :

- Un sac de couchage
- La liste 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
- Le pique-nique du premier jour
- L'assurance facultative couvrant l'annulation

NIVEAU

30km pour 300m de D+ le premier jour, 40km pour 400m de D+ le second jour. Il faut avoir déjà essayé le VTT, mais rien d'insurmontable !

PETIT ÉQUIPEMENT

Sur vous :

Une paire de baskets

Un cuissard

Un t-shirt de sport

Dans votre sac à dos de 20L environ :

Une polaire

Un k-way

Une gourde d'eau d'1L minimum

Votre pique-nique du midi (possible de se ravitailler à La Roche Guyon)

Un sac de couchage confort 10°C (été) ou 5°C (automne/hiver)

Une lampe frontale

1 t-shirt de rechange pour le soir

Des sous-vêtements de rechange

1 paire de chaussettes de rechange

1 petit sac poubelle pour les déchets

Du papier ou des mouchoirs biodégradables

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

1 paire de chaussures type tong/sandales pour le soir au bivouac (facultatif)

1 serviette microfibre (facultatif)

1 spécialité locale à partager (facultatif)

Si vous avez besoin de vous équiper ou de louer du matériel (duvet, sac à dos etc), n'hésitez pas à le faire auprès de notre partenaire, [Les Petits Montagnards](#) ☐