

CONTACT

Groupes ou particuliers,
pour des randonnées ou
des sorties nature sur-mesure
vous pouvez nous contacter
aux coordonnées ci-dessous

TELEPHONE

07 86 43 31 81

EMAIL :

contact@ardeche-randonnees.fr

SITE WEB

www.ardeche-randonnees.fr

FACEBOOK

Ardèche Randonnées



www.ardeche-randonnees.fr



QUI SOMMES NOUS ?

Ardèche Randonnées
est un bureau
d'Accompagnateurs
en Montagne
diplômés d'état,
passionnés par l'Ardèche
et investis pour vous faire
découvrir ce beau territoire
toute l'année



www.ardeche-randonnees.fr



Ardèche
Randonnées

Découvrir,
rencontrer
et s'évader...



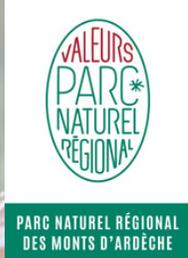
PROGRAMME

Automne 2024

Des sorties qui ont du sens !



IPNS - Ne pas jeter sur la voie publique



Balade sous la pleine lune

Tous les soirs de pleine lune de l'année !!!

Durée : 3h / Difficulté : Assez facile
15€/pers - Inscription à l'Office de Tourisme
d'Aubenas-Vals : 04 75 89 02 03

Réveil vers le soleil

Dimanche 03/11

RDV à Ailhon à 6h00

Durée : 3h / Difficulté : Assez facile
20€/pers - Inscription au 06 78 10 30 92

Quoi de mieux qu'une mise en corps matinale, et marcher doucement vers notre astre préféré ! Au programme : rencontre possible avec le monde animal de la nuit et le plaisir d'assister au lever de soleil en mettant notre corps en éveil...

Boisson chaude et collation locales incluses !



Marche Afghane

Vendredi 29/11

**RDV à Saint Etienne de Fontbellon
(9h30 au hameau de Gaude)**

Durée : 3h / Difficulté : Moyen
15€/pers - Inscription au 06 78 10 30 92

Tels des caravaniers afghans capables de marcher 700 km en 12 jours, venez vous initier, dans une moindre mesure, à cette technique de marche bonne pour le corps et l'esprit.

Point de côté, et autres inconforts ne seront que mauvais souvenirs...

Yoga & Rando – Immersion en pleine nature !

Samedi 26/10

RDV Parking de l'Agachou - Casteljou 9h

Durée : 4h / Difficulté : Assez facile
25€/pers (adulte) et 15€ (-de 14 ans)
Inscription au 06 80 96 75 86

Besoin de se reconnecter à son corps et aux éléments ? Cette balade est faite pour vous, laissez-vous guider au cœur d'une nature sauvage et préservée à la découverte des merveilles naturelles via une approche subtile et sensorielle !

Trucs et astuces de trappeur



Les mercredis 30/10 (spécial Halloween)

13/11, 27/11, 11/12

RDV à Jaujac, à 14h

Durée : 2h30 / Difficulté : Facile
15€/adulte-8€/enfant - Inscription au 06 78 10 30 92
*Apprendre de façon ludique les bases de la débrouille nature !!
S'orienter, reconnaître les traces d'animaux et indices de vie, et bien-sûr reconnaître les arbres et les plantes utiles qui se mangent, au cœur des Cévennes...
Idéal pour une sortie en famille !*

Rando cueillette au cœur de la châtaigneraie

Mercredis 23 et 30/10

RDV salle des fêtes d'Asperjoc

Durée : 3h30 / Difficulté : Assez Facile
15€/adulte - 5€/enfant - Inscription au 04 75 89 02 03

Une petite randonnée assez facile pour aller ramasser quelques châtaignes avec un guide-castanéiculteur. L'occasion d'en apprendre un peu plus sur les châtaigniers et la biodiversité qui les entoure. Puis sera venu le moment de la récolte des châtaignes et de découvrir le métier de castanéiculteur.



Marche nordique

En partenariat avec
la Maison Sport Santé des Monts d'Ardèche



Samedis 19/10, 26/10, 23/11, 07/12, 21/12

**Vals les Bains, Aizac, Ailhon, Montpezat
Vesseaux**

RDV 9h30 (lieu fixé par téléphone)

Durée : 2h30 / Difficulté : moyen à sportif
15€/pers - Inscription au 06 78 10 30 92

Possibilité de prendre carte 10 séances à l'année

Aussi complet que le ski nordique et la natation, venez "planter le bâton" dans les règles de l'art pour ainsi profiter pleinement de cette activité dans la convivialité et la bonne humeur.

Bâtons fournis

Sorties possibles sur demande, suivant votre forme et envie du moment !!!

**Places limitées
Inscriptions nécessaires pour toutes les sorties 24h avant le départ**

