

LE PARCOURS AVENTURE SUR LA LOIRE

CANOË & BIVOUAC

le 8 et 9 mai ou le 10 et 11 mai 2014

Venez vivre une aventure insolite
dans la plus pure tradition des
randonnées canoë Bivouac en hamac
35 km en canoë sur le dernier fleuve
sauvage d'Europe.

En famille ou entre amis

A seulement 1h30 de PARIS

Informations
Réservations

09 81 31 54 76

06 83 71 43 60

www.canoe-essonne.org

ckc.arpajonnais@gmail.com



Endormez-vous comme dans un cocon, une
ambiance 100% nature avec comme seule
compagnie les castors et la faune sauvage.

LE PARCOURS AVENTURE SUR LA LOIRE

1^{er} Jour

- Accueil des navigateurs entre 08h00 et 09h00 sur le lieu d'embarcation
- Préparation de la randonnée, briefing de navigation et mise à l'eau pour 2h de navigation
- 12h30 première pause d'une heure et pique-nique sur une île
- 13h30 départ navigation pour 3h30 de randonnée
- 17h00 arrivée sur l'île Castor
- Préparation du bivouac, initiation aux techniques de feu
- Préparation et repas autour du feu
- 20h00 Veillée: récits, impressions, cohésion du groupe et découverte de la vie des castors
- 22h00 bonne nuit à tous



2^{ème} jour

- 08h00 Réveil et préparation du feu et du petit déj.
rangement du camp **en respectant l'environnement**
- 09h30 embarquement pour 3h de navigation
- 12h30 pose pique-nique
- 14h00 départ pour la fin de la randonnée
- 16h30 débarquement, chargement de la remorque
- débriefing et photo du groupe.
- Verre de l'amitié



Menu type Trappeur:
apéritif
Entrée
Viande, légumes
Fromage
Fruits
Vin rouge et rosé, eau
Café ou thé
Petit Déj. :
Café, thé, lait, cacao
Pain, confiture, miel.

www.canoe-essonne.org
ckc.arpajonnais@gmail.com

Réservation
09 81 31 54 76
06 83 71 43 60

Le canoë kayak club Arpajonnais est une association loi 1901 spécialisée dans les randonnées canoë kayak avec bivouac depuis plus de 12 ans sur le territoire national.

La gestion et l'organisation des stages sont gérées par des moniteurs Fédéraux, des brevets d'Etat et bénévoles du club.

Le CKCA 91 est affilié à la Fédération Française de canoë kayak et a comme label: École française de canoë kayak & la qualité club 3 étoiles



A prévoir par les stagiaires :

Votre pique-nique du premier jour (uniquement le midi)

Une petite serviette de bain

Une tenue de randonnée (pantalon type trek et polaire)

Une tenue de rechange et deux paires de tennis

Un coupe vent

Une lampe frontale, un couteau

Lunette avec attache

Crème solaire

Un duvet

Un matelas de rando



Bidons étanches
1
par personne

Le gilet d'aide à la flottabilité est obligatoire arrêté du 4 mai 1995

LE PARCOURS :

Entre Sully sur Loire 45600 et Combloux 45800

Soit 37 km en deux jours

Lieu du rendez-vous

Rue de Montbary à Saint père sur Loire

TARIF

147 euros par personne

Ce prix comprend :

L'assurance MAIF FFCK

L'organisation du séjour

Le dîner du soir, le petit déj.,
le pique-nique du lendemain midi

Les tentes ou hamacs

Bidons étanches 1 par personne

Chargeurs solaire pour téléphone portable

Nombre de personnes minimum : 8

maximum : 14

Attention !!! Tous produits type gel
douche... sont prohibés, seul le savon de
Marseille est autorisé et fourni par le club.
Merci de respecter l'environnement.



cette inscription valide le titre Tempo assurance MAIF de la FFCK pour les 2 jours



Date du stage:

Nom:

Prénom:

Date de naissance:

Adresse:

Code postale: Ville:

Tel fixe: Port:

Mail: Profession:

Personne(s) à prévenir en cas d'urgence Nom et Tel:

ATTESTATION sur L'HONNEUR

Je soussigné(e) Mme M.

Certifie sur l'honneur savoir nager un minimum de 25 mètres et m'immerger.

Ne présente aucune contre-indication médicale à la pratique du canoë-kayak

Date:

Lu et approuvé

CLOTURE DES INSCRIPTIONS

Avant le 28 Avril 2014

Signature

Je joins mon règlement de deux chèques : le 1^{er} de 47 euros acompte

le 2^{ème} 100 euros solde

à l'ordre du canoë kayak club Arpajonnais

1, rue Marcel Duhamel 91290 ARPAJON Tel: 09 81 31 54 76 port: 06 83 71 43 60

www.canoe-essonne.org / ckc.arpajonnais@gmail.com