Randonnée nocturne en Chartreuse

Promenons-nous dans les bois tant que l'homme n'y est pas.

Nous vous proposons de vous déconnecter, le temps d'une soirée, de votre quotidien, de vos préoccupations personnelles, professionnelles en vous immergeant dans la vie en pleine nature.

Nous nous retrouverons à la nuit tombée sur le parking du foyer de ski de fond de la Ruchère. Nous préparerons nos sacs et nous partirons nous balader en pleine forêt.

Lors de notre randonnée, nous nous imprégnerons de l'ambiance nocturne et nous essayerons d'observer des traces et indices de vies de la faune locale.

Le but de cette soirée est de prendre le temps de vivre simplement, au rythme de la nature et d'apprécier le moment présent en lâchant prise.

Les points forts de la soirée :

- Un encadrement par un professionnel diplômé d'État et secouriste, passionné par la vie en pleine nature et la vie paléolithique
- Apprendre à lâcher prise et à être attentif à l'environnement naturel, à ses ressources
- Apprendre à reconnaître les traces d'animaux sauvages ; s'essayer aux techniques d'observations et d'approches
- Randonnée accessible pour tous
- Petit groupe pour un impact réduit sur le milieu et favoriser des conditions d'apprentissage idéales.

Informations pratiques :

Date : De novembre à mars
Durée : Environs 2h30
Effectif : **Maximum 12 personnes** (Départ assuré à partir de 5 participants**)**
Public : **Soirée tout public** (A partir de 7ans)
Transport : **Pensez au covoiturage**
(Faites nous savoir si vous êtes intéressés afin de vous mettre en relation)

Prix : **30 euros par personne (20 euros pour les enfants)**
Prêt du matériel compris dans la prestation

Préparation physique :

Les randonnées se feront en terrain montagnard, accessibles. Nous avons pour but la découverte du milieu et le partage des connaissances. Ainsi, nous nous baladerons en prenant le temps de découvrir ce qui nous entoure.

Nous aurons tous un sac à dos à porter qui comprendra vos affaires personnelles et votre partie de repas partagé.

La randonnée ne demande aucune condition physique particulière, cependant il est nécessaire d'être prêt moralement à ce genre d'expérience du fait du climat et du temps passé en extérieur. En cas de doute, n'hésitez pas à nous contacter.

Matériel à prévoir (non fourni) :

- Vêtements chauds et imperméables à adapter suivant la saison.
- Sous-vêtements thermiques. (Si possible pas de coton)
- Bonnet/ 2 paires de gants (1 paire de sous gants et une paire de gants chauds).
- Pantalon long (Si possible, évitez les shorts et les bermudas).
- Chaussures de marche montante
- Lampe frontale avec piles de rechanges.

Nous serons en pleine nature ou les amplitudes thermiques varient énormément entre le jour et la nuit et où la météo peut rapidement évoluer. Il est important de posséder le matériel personnel nécessaire. (En cas de doute, n'hésitez pas à nous contacter)

Matériel que nous fournissons pour la soirée :

- Raquettes de randonnées (Hiver)
- Guêtres (Hiver)

Matériel que nous pouvons prêter pour la soirée sur demande :

- Gourde 1L (En inox)
- Bâtons de randonnée
- Lampes frontales
- Sac à dos de 60 litres et/ou 35 litres pour enfant
- Housse étanche 25 litres pour vos affaires

Pour plus de renseignements, contactez-nous au 06.40.64.50.65
Page Facebook: www.facebook.com/viepleinenature
Site internet: https://lappeldelanature.com