

UMEN



RANDONNÉE PARTAGÉE *avec Joëlettes*

Week end Brame du cerf
dans le Luchonnais

Du 1 au 2 Octobre 2016

Un séjour à partager entre personnes en situation de
handicap physique, sensoriel et personnes valides

**FICHE
TECHNIQUE**



*Prévoir votre pique-nique
du Samedi midi !*

■ LES POINTS CLÉS

1 DATES

- ⇒ Du Samedi 1 au
Dimanche 2
Octobre 2016
⇒ 2 jours et 1 nuit.

2 LIEU

Luchonnais (09),
Vallée de Bourg
d'Oueil, Saint Aventin

3 RENDEZ-VOUS

Samedi 1 Oct. à Toulouse

- RDV à 8h00 : sortie du métro Ramonville-Saint-Agne (terminus ligne B; parking handicapés derrière la station de métro)
- RDV individualisés sur Toulouse : ramassage des personnes en situation de handicap de 7h00 à 7h30.
- RDV sur place: nous contacter

4 DISPERSION

Dimanche 2 Oct. à

Toulouse

En fin d'après-midi/début de soirée à Toulouse.

sortie Métro Ramonville-Saint-Agne

Le cas échéant, nous contacter avant de prendre vos billets de train retour

Participants : jusqu'à 20 participants

soit 3 à 4 places en Joëlette, 2 à 3 places pour des personnes handicapées marchantes, et 12 à 14 places pour les personnes valides.

Le niveau :

- **Randonnées en étoile et sans portage** (sac à la journée).

Les sacs des personnes en situation de handicap sont fixés à l'arrière des Joëlettes.

- **Durée de marche : 4 heures de marche par jour**
Auxquelles il convient d'ajouter les arrêts et les pauses.
- **Difficulté** : PD+
-

Assurances : Voir les *Conditions Générales* (programme ou site Internet)

Encadrement : **Romain Figorito**, Accompagnateur en Montagne.

Les repas : ils seront confectionnés par le groupe sous la houlette du responsable de l'activité.

N'oubliez pas votre pique-nique du samedi midi!

Transports : départ et retour à Toulouse, avec 2 véhicules 9 places UMEN et covoiturage.

L'hébergement :

- *gite*



Le chalet Chalet Monné 31110 Saint Aventin

Géré par
Club Montagne et Loisir MONTAGNE et LOISIRS,
69, rue du Férétra - 31400 Toulouse,



Le programme indicatif : modifications possibles pour des raisons de sécurité.

J1 - Le matin transfert depuis Toulouse et arrivée à Bourg d'Oueil en fin de matinée (env.11h).

Nous pique-niquerons en extérieur et partirons en balade l'après-midi dans la vallée de L'Oueil, réputée pour les observations de cerfs. Cette balade sera l'occasion pour les nouveaux participants de découvrir l'activité et les rudiments du pilotage des Joëlettes.

La journée sera suivie par une observation crépusculaire du rut du cerf (le brame).

3 h de marche : 7 km + 200 m

Niveau : PD+

J2 - Nous quitterons le gite en début de matinée et nous partirons au port de Bales, point de départ de notre randonnée pour la journée. Depuis celui-ci, nous rejoindrons le hameau de Bourg d'Oueil, en passant par le versant sud du Mont Né. En fonction du groupe et de la météo, nous ferons un aller-retour au lac de Bareilles.

6 km +251m -620m

Niveau : PD

▪ LES AFFAIRES COLLECTIVES ET PERSONNELLES

Attention, cette liste est indicative !

Matériel collectif fourni : Pharmacie de premiers secours, matériel de cuisine complet, tentes (dont une grande tente logistique) et les Joëlettes.

Matériel personnel à prévoir par les participants :

→ 10 kg max par personne (sauf les personnes en Joëlette).

- **Affaires à prévoir pour la randonnée :** **en orange : obligatoire**
Sac à dos de randonnée (entre 25 à 35 L) avec sur-sac et sac poubelle 30L / **Gourde d'1,5 litre minimum / canif, cuillère, fourchette, gobelet / chaussures de randonnée** montantes, étanches, ayant déjà servies/ **chaussures épaisses / shorts et pantalons de marche / tee-shirts / sous-vêtements thermiques** (Tee-shirt et caleçon long)/ **2 Polaires** ou pulls / **Equipement de pluie** (Veste imperméable et coupe vent + Poncho conseillés, sur-pantalon et guêtres)/ **Bonnet et gants / Chapeau, crème solaire, stick lèvres et lunettes de soleil.**
 - **Cet équipement est à prévoir par tout temps et toute saison !**
 - **Prévoyez vos barres de céréales, fruits secs... pour les randonnées.**
- **Passagers Joëlette :** Nous ne prenons en charge que les fauteuils manuels.
- **Couchage (Gîte, Camping ou Bivouac) :**
 - **1 duvet, 1 sac à viande (ou drap de soie)**
Gîte : duvet été (+ 15°C)
Camping : duvet de montagne léger (+10°C) et matelas de sol
Bivouac : duvet de montagne 3 saisons (+5°C à 0°C) <1.5Kg matelas de sol
 - Prêt de duvets possible, sur demande.
 - Matelas gonflable fourni aux personnes en Joëlette.
 - Vous pouvez prendre votre tente pour plus de confort.
 - Des bouchons d'oreille si vous êtes sensibles au bruit !
- **Convivialité :**
Faites découvrir vos spécialités ! (alimentation, apéros...).
Les boissons apéritives et l'alcool ne sont pas compris dans le prix du séjour.
Partagez vos idées de jeux pour des soirées animées.

Pour contacter les responsables sur l'activité : en cas d'urgence

Portable activités : 06 05 07 88 72

UNIVERS MONTAGNE ESPRIT NATURE

UMEN - Maison des Sports – 190 Rue Isatis – 31670 LABÈGE

05 62 24 18 18 / contact@umen.fr / www.umen.fr