



## Programme du séjour 5 jours / 6 nuits

### Séjour Aventures VTT en Quercy

#### **JOUR 0 : Arrivée à votre hébergement.**

En fin d'après-midi (vers 18h30), vous serez accueillis à votre hébergement pour déposer vos bagages et profiter du lieu. Le soir, votre premier repas vous attendra et vous pourrez alors profiter de votre première nuit au calme en pleine nature.

Hébergement :

- VVF de Collonges la Rouge (un des plus beaux villages de France !) avec piscine chauffée et hammam.
- Chambres et tables d'hôtes du Château de Termes.

#### **JOUR 1 : Début de l'aventure.**

Après votre petit-déjeuner, vous retrouverez Florent votre accompagnateur VTT, diplômé d'état.

Vous partirez munis d'un solide pique-nique pour une journée de vélo autour de Rocamadour et du causse quercynois

Le programme est donné à titre indicatif et pourra évoluer au cours du séjour.

Itinéraires de 35 à 45 km et de dénivelés positif n'excédant pas 800m par jour, de technicité moyenne, permettant de découvrir le patrimoine naturel et culturel de la Vallée de la Dordogne.

En fin de parcours vous reviendrez à votre hébergement pour profiter de la soirée et des animations du lieu.



## **JOUR 2 : La Vicomté de Turenne.**

Pour cette journée, vous repartirez avec un pique-nique réalisé par votre hébergeur-se pour une journée en compagnie de Florent Guinot. Cette journée VTT pourra être consacrée à la Vicomté de Turenne.

Le programme est donné à titre indicatif et pourra évoluer au cours du séjour.

Itinéraires de 35 à 45 km et de dénivelés positif n'excédant pas 800m par jour, de technicité moyenne, permettant de découvrir le patrimoine naturel et culturel de la Vallée de la Dordogne.

Le soir, un repas vous attendra à votre hébergement ainsi qu'une nuit au calme bien méritée.

## **JOUR 3 : Collonges la Rouge et « Blanche ».**

3<sup>ème</sup> journée entière de VTT accompagnée par Florent Guinot. Il vous emmènera sur les sentiers et chemins à la découverte de Collonges la Rouge (un des plus beaux villages de France). Vous n'en resterez pas indifférents !

Le programme est donné à titre indicatif et pourra évoluer au cours du séjour.

Itinéraires de 35 à 45 km et de dénivelés positif n'excédant pas 800m par jour, de technicité moyenne, permettant de découvrir le patrimoine naturel et culturel de la Vallée de la Dordogne.

Nouvelle soirée et nuit à votre hébergement

## **JOUR 4 : Collines et patrimoine du Limargue**

4<sup>ème</sup> journée entière de VTT accompagnée par Florent Guinot. Vous roulerez dans les collines et vallons à la découverte du patrimoine du Limargue. Sensations assurées !

Itinéraires de 35 à 45 km et de dénivelés positif n'excédant pas 800m par jour, de technicité moyenne, permettant de découvrir le patrimoine naturel et culturel de la Vallée de la Dordogne.

Une nouvelle pension complète vous attendra à votre hébergement.



## **JOUR 5 : Martel en Quercy.**

5 ème et dernière journée entière de VTT accompagnée par Florent Guinot. Spécialiste de cette région, Florent vous guidera dans le territoire réputé et magnifique du Quercy et plus précisément de Martel en Quercy.

Itinéraires de 35 à 45 km et de dénivelés positif n'excédant pas 800m par jour, de technicité moyenne, permettant de découvrir le patrimoine naturel et culturel de la Vallée de la Dordogne.

Vous pourrez profiter de votre dernier diner et dernière nuit à votre hébergement

## **JOUR 6 : Fin de l'aventure mais début d'une autre prochaine...**

Après un bon petit-déjeuner, le temps sera venu de clore ce séjour.

Nous espérons que vous aurez eu un grand plaisir à profiter de ce séjour encadré par un accompagnateur VTT spécialiste de la région.

Nous serons plus que ravis de vous accueillir pour une nouvelle aventure quand et où vous le désirerez !

Un grand merci et à très bientôt.

## Particularité du séjour

Type de séjour	Séjour VTT accompagné sur mesure en étoile
Niveau requis	■ ■ □ □ □
Encadrement	Brevet d'État d'éducateur sportif VTT
Prix	750,00 € par personne (sur la base de 6 personnes)
Groupe	6 personnes minimum <i>Faute d'un minimum de participants le tarif peut-être réétudié avec l'accord des membres voyageurs et de l'agence.</i>
Dates / Période	A définir selon calendrier
Hébergements	Hébergement de qualité au VVF de Collonges la Rouge ou en chambres d'hôtes au Château de Termes. Chambres de 2 ou 3 maximums avec salle d'eau indépendante.
Repas	Séjour en pension complète. Repas préparés à base de produits locaux et issus de la cuisine traditionnelle. Possibilité de pique-nique le midi.
Lieu de départ	- Lieu d'hébergement, RDV à définir avec votre accompagnateur.

## Les + du séjour

Hébergement en village-vacance ou chambres d'hôtes de qualité proposant divers services (rangements sécurisés VTT, station lavage VTT, piscine, bar...).

Séjour VTT sur mesure, accompagné par un moniteur VTT diplômé et spécialiste de la région à votre écoute.

Environnement d'exception et territoire à haute valeur patrimoniale.

Pension complète avec des dîners et pique-niques de qualité.

Découverte du Quercy et de son histoire.



## Informations supplémentaires

### LE PRIX COMPREND

- La pension complète du dîner du jour 0 au petit-déjeuner du jour 6 (soit 6 diners, 6 petits déjeuners et 5 pique-niques).
- L'hébergement en village vacance ou en chambres d'hôtes pendant 6 nuits
- L'encadrement par un professionnel diplômé CQC VTT ou BE VTT, spécialiste de la région durant 5 jours.
- L'accès possible à certains services réservés aux résidents.
- Les taxes de séjour.
- Les frais d'organisation et de réservation.

### LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les frais d'adhésion.
- Les frais de dossier.
- Les déplacements sur les lieux de départ des randonnées.
- Les frais d'assurance éventuelle.
- Le transport aller/retour sur le lieu du séjour.
- Les dépenses personnelles.

### PRECISION SUR LE NIVEAU REQUIS

Ce séjour est une randonnée VTT en étoile de niveau 2 pour des personnes en bonne condition physique et pratiquant régulièrement une activité qui favorise l'endurance. Vous pratiquez une activité physique régulière (VTT ou autre) environ 1 fois par semaine. Il faut savoir maîtriser son freinage et connaître ses limites. Vous n'aurez à transporter que vos affaires personnelles pour la journée et une partie du pique-nique. Les journées vélos sont de 30 à 40 km par jour et un dénivelé maxi de 800m+ et puis nous savons prendre notre temps...



## MATERIELS A PREVOIR POUR VOTRE SEJOUR VTT EN QUERCY

- Un petit sac à dos 30/45 litres adapté à la pratique du VTT.
- Une bonne paire de chaussures adaptées à la pratique du VTT.
- Une veste imperméable et respirant (type gore tex®).
- Survêtements chauds pour les pauses, pique-nique et pour le soir.
- Une tenue confortable pratique pour rouler, un short est préférable.
- Gants ou mitaines, casques normés VTT, lunettes de soleil et/ou lunettes transparentes, une gourde ou camel-back, lampe de poche), crème solaire, stick à lèvres
- Une polaire, un pull-over, plusieurs paires de chaussettes et un bonnet
- Sous-vêtements de rechange.
- Pour limiter les déchets : une boîte plastique hermétique (contenance 1 litre) pour le conditionnement des pique-niques, couteau, cuillère et fourchette réutilisable + bidon de vélo et/ou Camel back.
- Mini trousse à pharmacie avec traitement personnel, électroplaste, gaze, désinfectant, aspirine
- Prévoir du matériel de réparation type rustine, chambre à air, patte de dérailleur (obligatoire !!), pompe à air, calettes pour les dérailleurs, gaines, plaquettes de frein de rechange
- Votre appareil photo.
- **Et pour le tout plein de bonne humeur !**



### **Formalités administratives et sanitaires**

Aucune formalité spécifique n'est demandée pour ce séjour. Nous vous prions de bien vouloir vous reporter à nos conditions de ventes pour toutes informations complémentaires concernant ce point.

### **Autres informations**

Les animaux ne sont pas acceptés.

### **Assurance**

Il est indispensable de posséder une garantie multirisque bien adaptée. De ce fait, et conformément à la loi qui régit notre profession, il vous sera systématiquement proposé de souscrire une assurance multirisque, à savoir annulation de voyage, bagages et effets personnels, frais d'interruption du séjour et assistance, qui ne peuvent être dissociés. La souscription à l'assurance se fait au moment de l'inscription. Elle est facturée à 4% du prix TTC du séjour. En cas de souscription chacun est responsable du respect des procédures de déclaration de tout sinistre. Vous êtes donc tenu de lire attentivement les conditions qui régissent le contrat d'assurance et de le conserver durant tout le séjour.

### **Mentions légales**

Association APPAAT Millevaches, siège social : Chez M GRASSER Stéphane, lieu-dit Les Salles 23340 GENTIOUX-PIGEROLLES - SIREN 804 388 965 ; code APE : 9499Z ; RCP 128 994 705 ; SARL SAGA-BP 27-69921 OULLINS ; Immatriculation au registre des opérateurs de voyages : IM023140001 ; Garantie financière 4000713224/0 : Groupama Assurance-Crédit, 5 rue du centre – 93199 Noisy-Le-Grand Cedex.